HENRICI RANTZOVII

DE CONSERVANDA VALETVDINE LIBER, IN PRIVATVM LIBERORVM SVORVM

vsum ab ipso conscriptus, ac editus

A

DETHLEVO SILVIO HOLSATO.

IN QVO DE DIÆTA, ITINERE, ANNIS climactericis, & antidotis præstantissimis, breuia & vtilia præcepta continentur.

Quarta editio, auctior & emendatior.

SEORSIM ACCESSIT

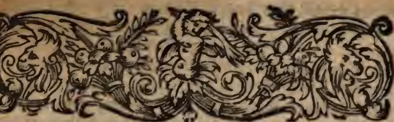
GVILIELMI GRATAROLI Bergomatis, Medici præstantissimi, De Literatorum, & eorum qui magistratum gerunt, conseruanda valetudine,

LIBER.



FRANCOFVRTI

Ex Officina Paltheniana, sumtibus Viduæ Petri Fischeri. *M. D. XCVI.*



NOBILITATE GENERIS, VIRTVTE AC ERVDITIONE PRÆ-
stantibus Francisco ac Bredoni Ranzouiis fratribus, nobilis ac generosi viri D. Henrici Ranzouii, serenissimi regis Daniæ, &c. in Holsatia præfe-ēti, &c filiis.



VM nuper, nobiles adolescentes, in patris vestri Henrici Ranzouii bibliotheca Bredenbergensi versarer, incidi forte in libellum quempiam de legitimo rerum ad sanitatis tutelam necessariarum vsu conscriptum. Hunc vbi cœpi peruoluere diligentius, deprehendi in eo breuia ac vtilia quædam præcepta de sanitate tuenda contineri. Ac quoniam intelligebam hunc libellum a patre vestro ex variis medicorum libris in vestrum ac reliquorum liberorum suorum vsum collectum, ac nondum in publicum emissum esse, neque tamen citra magnum laborem & tædium sæpe describi posse: operæpretium me facturum putabam, si eum quamprimum prælo subiici curarem, vt hoc pacto non solum de vobis sed de aliis etiam conseruandę suæ sanitatis studiosis, bene mererer. Quod autem pater vester vir nobilis, ac in Republ. nostra primarius, tantum huic arti diligentiam tribuerit, id equidem ipsi a nemine, sanæ

mentis, vitio verti potest. Namque is morbi necessitate adductus in iuuenili ætate hoc studio propriæ sanitati, quæ præstantior est omnibus triumphis honoribus ac diuitiis, consulere fuit coactus, quam etiam hoc pacto vsque in hodiernum diem conseruauit. Præterea historiæ testantur hanc medicam artem olim etiam exercuisse Heroes & Reges, vt Euphorbium Attalum, Mithridatem, Romanorumque Consules & Imperatores Catonem atque Pompejum, Patriarchas & Apostolos, & nostro tempore Christiernum III. Electorem Augustum, & multos alios Principes fecisse constat. Hunc itaque librum a parente vestro carissimo, vestra potissimum caussa ex paterna affectione congestum, ac sub nominis vestri auspicio in lucem prodeuntem, vt benigne suscipiatis rogo. Nec dubito, quin si iuxta in hoc præscriptum modum viuendi rationem institueritis, magna inde ad vos sit redundatura vtilitas. Oro autem Deum æternum, vt patrem vestrum virum clarissimum, totius Holsatiæ decus ac præsidium & omniũ bonarum artium Mæcenatem, nec non vos eius filios, qui patris vestigiis magna cum laude insistentes, ad insignẽ stemmatis Rantzouici splẽdorem eximiam adiũxistis doctrinã, vna cum matre nobiliss. ac pudiciss. & reliquis fratribus ac sororibus diu incolumes clementes conseruare dignetur. Bene valete, & me eorum numero ascribite, qui vos non minus quam parentes vestros, ea qua decet obseruantia, venerantur. Datæ Segebergæ, Anno 1573.

Dethleuus Siluius Holsatus.

IN HEN-

IN HENRIC. RANTZOVIVM EQVITEM HOLSATVM,&c.
Epigramma ἐγκωμιαστικόν.

QVis non Alciden nouit, qui nescit Achillem,
Nomina non vlla non memoranda die?
Et tamen hic medicam fecit feliciter artem,
Sanus vt Æmonia cuspide Mysus ait:
Ille polum ceruice tulit, cum sidera fessus
Amphitryoniada ferre dedisset Atlas.
Quid loquar amborum geminata laude celebrem,
Illustri Henricum stemmate Rantzouium?
Quem iuuat immenso spatiantem viuere cœlo,
Et stellas oculis dinumerare suis.
Quiq. Machaonia caput extulit inclytus arte,
Natura scrutans omniparentis opes.
Macte noua virtute heros: sic additus astris
Cœlifer est, semper viuit & Æacides.

Gregorius Bersmanus Professor
Acad. Lips. publicus.

Eiusdem Rantzouii Encomium.

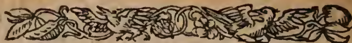
Sunt tibi cum Regum, tum publica commoda curæ,
Nec tamen Aonidum munera grata minus.
Regibus ac patriæ pariter Musisq; placere,
Quod facis, humanum vincit id ingenium.

A L I V D.

Fidite Pierides, vobis Rantzouius heros
Inter opes, lituos, inter & arma litat.

Aliud de Familia Rantzouiana.

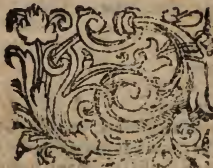
Hactenus ambiguo lis hæc sub iudice pendet,
Artibus, aut armis laus ne ferenda prior:
Rantzouia Pallas litem hanc in gente diremit,
Has illis, illa his posse carere negat.



AD LECTOREM BENIGNVM CHRISTOPH. KILLINGhausen Hamburgens.

Mente nihil nobis præstantius optimus auctor
Indidit, in summa quæ tenet arce, locum.
Hæc res euoluit dubias, penitusque latentes
Eruit, & lucem cogit habere suam.
Quæ sint euentura videt, præsentia tractat;
Tempore quæ lapso præteriere, tenet.
Quinetiam terras humilemque relinquere mundum,
Et cœli superas audet adire plagas:
Scrutarique Deum, cuius de semine nata
Particulam mentis se putat esse sacra.
Vt Deus ille vnum triplici sit nomine numen,
Disiungi nulla quod ratione queat:
Vt res de nihilo quondam produxerit omnes,
Et miris seruet contineatque modis.
Vtque repurgatos celso dignetur olympo,
Quos sua culpa stygis fecerat esse reos.
Talia diuino meditatur acumine, quæque
Præterea longum cuncta referre foret.
At nisi sit corpus bene sanum, cuius in arce
Clauditur, officium non satis ipsa facit.
Hinc quasi de specula semper circumspicit alta,
Nec capiat, vel agat quicquid obesse potest.
Et si quid vitii caussa quacumque subortum est,
Hoc amoliri qualibet arte studet.
Hinc etiam corpus cura maiore tueri
Cernimus, ingenio qui meliore valent.
Nam quoniam multis obnoxia casibus, atque
Sæpe leui ex caussa vita caduca data est.

Quam decet, vt numen cœleste colatur honore.
Ducere, dum repetat, qui dedit, ipse Deus:
Nos quoq; sollicita fas est defendere cura,
Nec temere mortis præcipitare viam.
Hæc animo voluens, vir factis clarus & ortu,
Rantzouius, præsens hoc sibi scripsit opus.
Non satis est visum prælustre relinquere nomen
Quod certent meritis amplificare suis:
Aut terris, opibusque suos extollere natos,
Attribuit larga quos bonitate Deus:
Sed quoque succincto voluit præscribere libro
Incolumem vitam qua ratione parent.
Nam magis accendunt, animisq; tenacius hærent.
Quæ pater aut senior iussa relinquit auus.
Hunc in priuatum quamuis congesserat vsum.
Non tamen, vt fiat publicus, ipse vetat.
Namq; bonus, quacumque potest, prodesse laborat,
Omnibus & præstat commoda multa lubens.
Ergo illi seros, quos virtus rara meretur.
Et faustos optes, lector amice, dies.
Atque hoc sincero, doctoque fruare labore,
Vt vigili cura sanior esse queas.

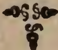




PRÆFATIO AD FILIOS.

CVM ab immenso & æterno Deo, filii mei carissimi, post creationem cœli, terræ, plantarum, arborum, cunctorumque animantium & cæterorum mundi corporum in vsum humanum conditorum, solus homo ad diuinæ maiestatis imaginem ex terra sit factus, ita vt ex anima & corpore constet, maxime & inprimis toti humano generi in eo laborandum esse censeo, primum vt anima, postquam vna cum corpore destinatum cursum peregerit eo, vnde digressa est, redeat. Deinde, vt corpus animæ domicilium in hoc vitæ curriculo quam diutissime cum ipsa sanum ac integrum conseruetur. Quibus vero rationibus efficiatur, vt anima emenso decursoque huius vitæ spatio, ad beatam immortalitatem, hoc est, ad Deum ipsum, vnde digressa est, reuertatur, id sacræ literæ abunde & luculenter tradunt. Quapropter o filii, vos sedulo moneo & hortor, sacro religionis studio ardenter incumbentes doctrinæ cœlestis fundamenta intimis animi sensibus diligenter & penitus percipiatis, vt vobis ex huius vitæ quadam quasi peregrinatione atque hospitio euocatis ad perpetuum Dei & angelorum, omniumque sanctorum commercium concedere liceat. Quo pacto autem fragile corpus nostrum diu incolume & sanum conseruetur, & caduca nostra vita, viriumque imbecillitas aliquantisper sustentetur, perbreuibus nonnullis præceptis, hunc in vsum ex diuersorum medicorum libris conscriptis, atque in certum ordinem digestis docebo. Sed ne forte arrogantiæ ingenii insimuler, ingenue fateor, me multis in locis integras medicorum sententias transtulisse, & vestra potissimum caussa hunc laborem colligendi suscepisse, quod non meminerim hanc rem tam compendiose ab aliis tractatam esse, excepto vno Cornelio Celso, qui in primo De re medica libro præcepta longe vtilissima De sanitate tuenda, mira breuitate complexus est. Vt autem huiusmodi breuitatem eo commodius

modius præstem, nuda saltem præcepta ætati vestræ maxime congruentia fusioribus interim caussis & rationibus physicis omissis, vobis ob oculos ponam. Nolite vos hæc aspernari, sed tamquam vobis a me ex paterna beneuolentia atq; affectione relicta, cupide suscipite, studioseq; amplectimini. Non enim dubito, si secundum has præscriptas obseruationes viuendi ordinem atq; ratione͂ instituetis, quin magna ad vitam commodius traducendam inde sit ad vos redundatura vtilitas. Quod ad me sane attinet, fateor me ex his præceptis hanc percepisse vtilitate͂, vt quamuis in iuuenilibus annis paterno ac fere hæreditario asthmatis morbo obnoxius fuerim, nunc tamen sic eo sim liberatus, vt valetudine satis commoda vtar, quam Deus Opt. Maximus pro diuinæ benignitatis suæ arbitrio ac placito, mihi diuturnam conseruare ac propagare clementer dignetur. Vt autem propius ad rem ipsam accedam, paucis ordine præcipuas recensebo caussas destructionis & corruptionis corporum nostrorum, quib. cum humana natura conflictatur. Deinde, ea quorum legitimo vsu in corporibus nostris sanitas retinetur exponam. Postea præcepta de vitæ ratione singulis diebus, septimanis, mensibus, singulisq; anni temporib. seruanda, deq; annoru͂ etiam climactericorum obseruatione instituenda pauca subiiciam. In fine quædam de salubri victus ratione in itineribus habenda, nonnullorum item antidotorum & medicamentorum singularem contra venena vim habentium descriptiones subiungam.



CAVSSAE CORRVPTIONIS *& deſtructionis corporum humanorum.*

CAP. I.

VT igitur inſtitutum noſtrum aggrediamur, prima & præcipua cauſſa corruptionis & deſtructionis corporum noſtrorum, ſenectutis, mortis atque omnium adeo malorum, quæ in calamitoſa hac vita exſiſtentes, perpetimur, eſt lapſus primorum parentum & reliquię peccati in corrupta natura noſtra hęrentis, vt teſtatur apoſtolus ad Rom. 8. Corpus morti deſtinatum eſt propter peccatum. Quemadmodum enim mors extremum eſt omnium malorum, quæ nos affligere in hac vita poſſunt: Ita mortis nomine omnes quoque ærumnas & miſerias humanæ vitæ complectimur. Huc accedunt noſtra etiam errata, quæ, dum cæca noſtra voluntas impulſu diaboli in quæuis ſcelera ruit, indies a nobis committuntur & accumulantur, quibus Deus ad iuſtam iram & indignationem prouocatus, omnis generis morbos & calamitates in nos graſſari ſinit. Secunda cauſſa morborum & deſtructionis deprauationiſque corporum noſtrorum eſt ſiniſter & maleuolus ſiderum cœleſtium influxus, temperamentorumque infelicitas. Nam vti ſingulis rebus proprietates certæ ſunt ingenitæ, quas Deus ab æterno naturalibus effectibus cooptauit: ita ſingularis quoque efficacia & vis diuinitus inſita eſt corporibus cœleſtibus, quæ Deus non tantum propterea certo ordine ac magnitudine creauit, vt annos, dies & menſes diſcernerent, ſed vt eſſent quoque nobis ſigna, ex quibus quædam

rerum

rerum futurarum caperomus argumenta. Pendent enim inferiora ex ſuperioribus, & cognatione quadam mutua inter ſe continentur. Proinde corpora ſuperiora occultam quandam vim & virtutem in hæc inferiora infundunt, per quam humores in corporibus noſtris mutantur, augentur & diminuuntur ſecundum ſiderum poſitum & qualitatem. Et hoc quotidiana experientia, certiſſima rerum omnium magiſtra, clarius euidentiuſque docet, quam vt vlla demonſtratione egere videatur. Si quis fidem dictis adhibere noluerit, Lunam mihi conſideret, quæ in humores præcipue ſibi dominium vindicat, & aperte conuincetur. Cum igitur conſtet humores in corporibus noſtris regi ab iſtis ſuperioribus, ex malis autem corporum humoribus oriri morbos, ex morbis interitus, non immerito ſane mortis & cæterorum morborum cauſſa in corpora cœleſtia aliqua ex parte refertur.

Præter hæc autem, alia ſunt duo genera cauſſarū corpus noſtrum mutantium ac deſtruentium, quæ ex ſuperioribus oriuntur.

Alterum quidem eſt earum, quæ nobis ſunt congenitæ, ideoque internæ dicuntur, neceſſariæ atque ineuitabiles. Suntque numero tres: Siccitas nimirum, quæ ætatis curſu ad interitum ducit: Aſſidua ſubſtantiæ fluxio, vel materiæ in corporibus ingens varietas & mobilitas, excrementorumque abundantia. Alterum vero earum, quæ extrinſecus incidunt, & idcirco externæ dicuntur; quarum item duplex eſt ratio. Nam quædam ſunt earum, quæ non neceſſario corpus noſtrum immutant, afficiuntve. Nam etiamſi minus ipſa quoque cum accidunt, a nobis vitari poſſint, attamen ſunt huiuſmodi, vt ſimpliciter abſq. ipſis vita ſeruari noſtra queat, cujuſmodi ſunt quæ corpus noſtrum contundunt, diuellunt, vulnerant, quod plerumque fit per extraneam vim, vt in

bellis & casibus fortuitis: aut cum quis in aquis submergitur, aut veneno necatur.

Aliæ autem sunt, quæ corpus humanum necessario alterare dicuntur, quod eas etsi particulatim vitare possimus, in vniuersum tamen declinare nequeamus, cum sine iis viuere haud liceat. Hæc inquam hominis temperamentum ac cõstitutionem naturalem sanitatemq. destruunt ac demoliuntur, vbi non probe, nec vt necessitas, statusque corporis exigit, cum idonea ac commoda mensura & qualitate adhibentur. Versantur autem circa hæc, quibus quotidie vtimur & nutrimur, quæque nostro corpori assimilantur, suntque particulatim consideratæ in nostra potestate atque electione positæ. Harum sex sunt genera:

I. Aer, aqua, ignis.

II. Cibus & potus, seu omnia ea quæ nutriendo corpori adhibemus.

III. Motus & quies, tum vniuersi corporis, tum singularum eius partium.

IIII. Somnus & vigilia.

V. Excretio siue expulsio excrementorum & retentio, sub quibus venæ sectio, purgatio; vomitus, excretio vrinæ, sudor, balnea, venus & alia continẽtur.

VI. Animi symptomata, perturbationes, affectiones, siue accidentia, vt sunt timor, ira, mœstitia, gaudium & similia De quibus paulo post plura.

Hæc recte & opportune administrata, hominem in bona dispositione & valetudine conseruant; perperam autem vsurpata, destruunt. Vt enim sanitas in mediocritate consistit, ita mediocri quoq. rerum necessariarum vsu conseruatur.

Generalia præcepta conseruandæ sanitatis.

CAP. II.

ENumeraui vobis præcipuas caussas, ex quibus variæ mutationes, destructiões, & corruptiones corporum

porum nostrorum oriuntur: Iam ex aduerso referã quoq.ea,quibus si dextro ordine & modo vtamur,incolumitas vitæ continetur, amissa restituitur, nonnullaq morborum genera minuuntur ac depellũtur.

Ad hanc igitur rem, primo necesse est, vt sciatis, certoq statuatis, tametsi corpora cœlestia arcanam quandam vim & virtutem admirabilem in reb. humanis exerceant: Deum tamẽ omnipotentem, vniuersæ rerum naturæ opificem & architectum, vitæq. & mortis dominum, atq. arbitrum vnicum, propterea a gubernatione corporum inferiorum nequaquã esse remouendum, sed vere eum omnibus astris astrorumq. influxibus dominari, eorundemque cursum & efficaciam, vel promouere, vel impedire; omnes item inclinationes ab astris ortas moderari, morbosque sæpenumero secundum immensam suam bonitatem auertere & in melius mutare, nonnumquam etiam secundum arcanum & iustum iudicium suum propter delicta nostra exasperare, & in peius conuertere.

Diuina enim maiestas non est astris, quæ ipsa ad vtilitatem & conseruationem generis humani condidit, astricta, nec fatali quadam necessitate, veluti carcere clausa tenetur, sed liberrime agit, & vt præcipua caussa cæteras omnes liberrime moderatur & gubernat. Is igitur Deus æternus pater clementissimus Domini nostri Iesu Christi, qui Regi Sedechiæ peccanti vitam quindecim annos prorogauit, assiduis precibus in primis est implorandus, vt nobis quoq. longitudinem vitæ cum incolumi & recta corporis constitutione & sanitate largiri, viresque tum corporis tum animi integras & firmas clementer conseruare dignetur. Recte enim dicitur:

Astra valent aliquid, plus pia vota valent, item:
Astra regunt mundum, sed regit astra Deus. item:
Cedunt astra Deo, precibus Deus ipse piorum.

Deinde, cum propter nostra peccata crebris, & variis morborum generibus, corpora nostra afficiãtur, obnixe contendẽdum est, vt ratione regamus inclinationes & motus animorũ vagos, externisq. membris frenum iniiciamus, nec tantum scelera, verumetiam occasiones scelerum fugiamus & vitemus. Hãc diligentiam adhibere carissimi filii in regenda vita & moribus, ac in primis pietatem colere, debitamq. parentibus obedientiam & amorem pręstare vos decet. Quod si feceritis, Deus vobis vicissim, sicut in Decalogo promisit, omnem felicitatem, diuturnitatẽque vitæ tribuet. Nam vt verissime D. Paulus inquit, 1. Tim. 4. Pietas ad omnia vtilis est, habens promissiones præsentis & futuræ vitæ. Quod aliquo modo intellexit homo Ethnicus Zoroaster rex Bactrianorum cum dicit: Qui mentem ardentem ad opus pietatis intenderit, labile corpus seruabit. Et Cicero inquit: Pietatem esse matrem & fundamẽtum omniũ virtutum. Secundo, cum dictum sit, stellas esse caussas effectrices destructionis & mutationis, variorumque morborum in corporibus nostris, cumque obseruatio effectuũ cœlęstium non sit prohibita, hanc curam vobis mandatam esse volo, vt tam directiones annuas, quam natiuitatis vestræ figuras, quas ego diligenter & exacte computatas singulis relinquo, citra tamen omnem superstitionem, examinetis, iudiciumque peritorum astrologorum & medicorum super iis consulatis, vt eo melius mala præuisa euitare, bona vero ad optatum euentum perducere queatis. Verum enim est quod afferunt nonnulli, cœlũ esse fatalem picturam in cœlesti tabula. Et perpulcre aiunt Hippocrates & Galenus principes medicorum, medicam artem sine fauore cœlesti sæpe esse inanem, imo etiam sæpe noxiam.

Prodest hæc obseruatio ad tuendam bonam valetudinem & præcauendos morbos. Inspecta enim naturali

turali inclinatione, maiori vigilãtia mores poterunt regi, & euentus, de quib. ab astrologis admonemur, quosque præscimus, leuius toleramus, prudẽtius declinamus & euitamus, vt prouide & discrete sine molestia transisse videantur.

Etenim libera nobis voluntas & electio eatenus relicta est, vt auxilio Dei mens fulta, aduersari illecebris diaboli & carnis, inclinationes moderari, & si quam insignem calamitatem aduersumve aliquem casum astra præsagiant ac denuntient, eius occasiones effugere possit. Qua in re tamen honestatis rationem a vobis haberi volo. Nam si citra ignominiã periculum impẽdens subterfugere vobis minus integrum foret satius esset honeste cito mori, quã cũ dedecore diu viuere. Proinde certo statuendum est, rationem siue optimum intellectũ prędominari cœlis, nec libertatem animi actionesq. nostras siderum necessitati astrictas esse.

Hactenus in genere breuiter exposui, qua ratione contra omnis generis mala, morbos, aliasq. corporum nostrorum destructiones præmunire nos queamus, quæ diligentia, si ardens filii Dei inuocatio ad hanc accesserit, feliciter euadit. Iam vt institutum ordinem vrgeam, ea quę aliquo modo in nostra sunt sita industria, persequar; quorũ si legitimus & rectus, vsus adhibetur, sanitas fouetur & conseruatur; sin minus, violatur & destruitur.

Specialia præcepta conseruandæ sanitatis.

CAP. III.

VT autem a definitione ordiar, Sanitas est constitutio corporis, in qua nec doloribus cruciamur; nec in vitæ actionibus impedimur. Si vero corpus ab illa constitutione deflexerit, ægritudo est. Sanitatem conseruare (secundum Rasim in Almansore) est in motu & quiete, cibo & potu, nec nõ in super flui-

tatibus & expulsionibus mensuram debitam obseruare, domos & loca cætera, in quibus versamur odoribus pro ratione temporis congruentibus temperare, malis etiam accedentibus, antequam augmētum capiant, occurrere, & animales cogitationes & voluptates refrenare, consuetudinesq. conseruare. Cicero inquit valetudinem conseruari cum notitia sui corporis, tum iis rebus quæ aut prodesse aut obesse soleant. In quibus enim conseruatio consistit, ex iisdem corruptio oritur: vtq. conseruatio fit per simile, sic curatio per contrarium. Paulo aliter quam nos, definit sanitatem Isidorus, cum inquit: Eam esse integritatem corporis, & temperantiam naturæ ex calido & humido in quibus cum illa cōsistat; sequitur, qui plurimum calidi & humidi habent, hos maxime esse longævos; qui vero contrariæ sunt naturæ, frigidi & sicci, hos citius senescere & mori. Nam vt ex quatuor humorib. reguntur sani, sic læduntur infirmi, & cum humores vltra debitum crescunt, ægritudines pariunt. Sic qui natura admodum crassi sunt, citius intereunt quam graciles. Parum enim sanguinis ac spirituum habent. Sed vt ordine de singulis rebus, in quarū legitimo vsu, iusta qualitate quantitate & tempestiua vsurpatione, sanitatis conseruatio consistit, dicamus, ab aere corpus nostrum ambiente primum ordiamur.

De aere. CAP. IV.

AER per se est calidus & humidus, & attractio eius omnibus animantibus tam est necessaria, vt si cui respirationis viæ intercipiantur, statim exstinguatur. Et omnes in nobis experimur, ipsam constitutionē corporis sæpe mutari ex aeris vel temperie vel intēperie. Omni igitur studio prouidendum est, vt aer, quoad eius fieri potest, optimus deligatur.

Est autem optimus aer, qui vnicuique est natiuus.

Nam

Nam vniuscuiusque locus naturalis, vt Philosophus inquit, sui est locati conseruatiuus, præterea temperatus, serenus, purus, tenuis, patens & liber, a fœtoribus immunis, nulla putredine infectus, ventisq. difflatus, qui, cum attrahitur, sentitur, oriente sole cito calescens, eodem occidente cito frigescens. E contrario pessimus ac noxius aer est, turbidus & nebulosus, impurus, fœtidus, nubilus, putridus, occlusus, quem neque ventus neque sol penetrat, nec purgat, qui nō secus ac immobilis aqua venenosam & malignam qualitatem suscipit, qui æstatis maxime tempore, lacuum stagnorumque pestiferam auram eructantium exhalarionibus corrumpitur, vel fæculentis excretionibus inficitur. Sic malitiosus aer est, qui ex sterquiliniis, cloacis, & specis pestiferis oritur, quique cor constringit, & anhelitum coarctat, & qui nimium est calidus vel frigidus Calidus enim dissoluit, sitim generat, spiritum diminuit, digestionem abscindit. Frigidus asthmata & catarrhos gignit, vtq. huiusmodi aer impurus, qui spiritum vitalem vitiat, omnibus modis cauendus, sic aer temperatus maxime est hauriendus. Nisi enim assidue bonus aer attrahatur, quo calor natiuus ventilatus temperetur, refrigereturq. sanitas turbatur. Ex quibus etiam patet, satius esse sub dio versari, quam cubiculis vndiq. clausis immorari.

Hoc autem obseruasse etiam contulerit, quod frigidis temporibus aere calido, aut igni, calidis frigido, humidis sicco & siccis humido aere maxime vti cō-ueniat. In diuturnis etiam morbis nonnumquam solum vertere prodest. Aeris enim & loci mutatione sæpe sanitas amissa recuperatur. Cum vero aer sæpe a ventis & odoribus moueatur & mutetur, ventusq. nihil aliud sit, quam aer impulsu agitatorū vaporum commotus, de vento & odoramentis pauca addenda esse duxi.

De ventis & odoramentis.

Septentrionalis omnium ventorum optimus & saluberrimus habetur. Proximum locum sibi vendicat orientalis & quicunque ventus aerem modice infrigidat, siccat & serenat. Habitationes itaq. versus orientem & septentrionem sint exstructæ, propter aeris & venti temperiem. Nimius autem ventus obest, tum pulmoni tum oculorum auriumque sensui plurimum. Quod ad odoramenta attinet, constat aerem quodammodo nutrire spiritus, citissime vero odores cor & cerebum corroborare, reficereq. animum, quo refecto corpus quoq, sentit voluptatem & recreationem.

Aer item vitiosus & fœtidus per odoramenta & suffumigationes corrigitur ac emendatur. Interest autem quamplurimum, quales hauriamus odores. Talis enim & spiritus in nobis euadit: odores nimis calidi mihi non probantur, quia caput replent & catarrhum generant. Cum etenim temperies ipsa cerebri sit, quasi media inter calidam & frigidam, temperatis maxime gaudet, & contra ab aliis maxime turbatur & læditur Quocirca sunt interdum miscendi mutandiq odores, vt si regnet frigus, ad calidum declinantes, & si dominetur calor, ad frigidum vergentes attrahantur.

Ex rosis igitur, violis, myrto, camphora natiua, sandalis, aqua rosarum, quæ frigida sunt, rursus ex cinnamomo, citro, arantio, aloe, ambra, musco, quæ calida sunt, prout cuiq. vestrum conuenit, hauriantur odores; neque solum naribus, sed pectori & stomacho admoueantur, quemadmodum etiã theriaca Mithridatem, thus, succinum, Angelica, & cætera, quæ contra venena vim habere creduntur. Non parum quoq. emolumenti ad spiritus vestros recreãdos attulerit, in hortis, vbi subinde boni odores aspirant, inter virentes suauiterq. redolentes herbas

frequen-

frequenter versari, floresq. & gramina anni tempori, temporisq. constitutioni, & corporis vestri statui conuenienter per aream proiicere, conclauiaq conspergere, vt foliis salicum, rosarum, violarum, pampinis, origani, serpylli, thymi, lauendulæ, myrtillis, cydoniis, pyris, pomis arantiis, granatis, aliisque huiusmodi, eademve aqua rosacea, vel ex floribus arantiorum aut alia, & aceto irrorare. Nonnumquam vero in cubiculis vestris fragrantes suffitus accendantur.

Quibus postremo odoramentis, fumigiis & pilis, seu orbiculis odoratis ego vti consueuerim hic subiiciam, vt iisdem & vos, habita tamen temperamenti vestri ratione, vtamini. Cum autem non omnibus iidem congruant odores, & varia de his opuscula exstent, circa eos, pro ratione diuersitatis temperamẽtorum, delectum habere vtile est.

Descriptio aquæ odoriferæ.

℞. Æquali pondere aquam rosatam cum vino albo generoso beneque olente, aceti rosacei quartã partem, sacchari candidi tertiam partem: dissoluatur hoc in illis. Alii addunt parũ croci. Hac aqua manus, faciem, iuncturas, oculosq. lauate, dentes purgate, vestimentaq. & cætera conspergite, aliquando etiam hanc deglutire non inutile est. Vt autem singulorũ pondus vobis constet, rationem componendi adscribam. ℞. Aceti ex vino albo rosaceo vncias iiij aquæ rosaceæ, vini optimi odoriferi albi sing. lib. j. Croci scrupulum vnum.

Sacchari candidi liquoribus debite dissoluti librã dimidiam, Croco coloretur & coletur, deturq. ad vsum.

Aqua odorata moderate calida & frigida.

℞. Sextarium aquæ rosaceæ, in qua per biduum steterit dimidia vncia cinnamomi, macis drachma

vna, radicis violarum drachmæ 2. Caryophyllorum drach. 1. ß. Muſcatæ nucis drachma 1. Poſtquam deſtillaueris, adiicies parum Croci. ad quantitatem v. granorum.

Alia aqua odorifera, mediocriter calida & frigida.

℞. Aquæ roſatæ libras 3.
Recentium florum lauendulæ deſtrictorum manipulos tres.
Recentium Caryophyllorum.
Cinnamomi ana ſemiunciam.
Albarum violarum radicis, drach. duas.
Macis drachmas 2.
Foliorum ſiccat Roſar. manipulum vnum.
Gummi Benzoi, aut aſſæ dulcis drach. 2.
Styracis calamitæ drach. 2.
Muſci & ambræ ad quantitatem 2. granor.

His adde ſeminunciam aut integram vnciam vini deſtillati aut maluatici, & aquam huiuſmodi radiis ſolaribus per integrum menſis ſpatium expone.

Candelæ odorifera contra venena & peſtem.

℞. Ladani vncias tres.
Styracis Calamitæ drachmas x.
Aſſæ dulcis drachmas 6.
Thuris ſeſquiunciam.
Stœch. vncias duas.
Roſarum rubearum.
Caryophyllorum ana vncias tres.
Corticis Citri & ſantal. Citrini ana drachmas 2.
Granorum Iuniperi ſemiunciam.
Ambræ & Muſci ana ſextam drachmæ partem.
Carbonum tiliæ ſeſquilibram.

Hæc omnia cũ gummi Tragacanthi & ſtillatitio roſarum mixta liquore tepida pila terãtur & in maſſam quandam redigantur: Inde paruæ candelæ fingantur & lente ſiccentur.

Descriptio noduli odoriferi contra Pestem.

℞. Styracis calamitæ.
Assæ dulcis ana vnciam vnam.
Ladani.
Mastiches ana semiunciam.
Caryophyllorum.
Xyloaloes.
Santalorum Citrinorum ana drach. j.
Seminis nigellæ Romanæ drach. ij.

Cum modico Resinæ terebinthinæ Venetæ. Fiat pila odorifera siue nodulus, qui aromatizetur mo-schi, ambri, dissolutorum ex oleo Caryophyllorum, ana granis sex.

De præscriptis autem paulo ante Candelis odoriferis, admoneo vos accendi illas quidem in cubiculis ad vsus commemoratos posse, nõ tamen in iis cubiculis prius esse versandum plane, quam dissipatus fumus fuerit: qui sane capiti, oculis & pulmoni nocere haud parum posset; ideoq. consulo vobis, vt potius orbiculis odoriferis, in aquam rosaceam vasculo argenteo exceptam proiectis, ipsoque vase super candelam accensam posito, halitu inde emisso thalami aerem odore imbuatis: atque eo modo attrahatis, quo ego in meis cubiculis vti consueui.

Accidit nonnumquam, vt plane omni odoratus sensu priuemur. Hoc vbi fit, gargarizandum est os ruta, & hyssopo, coctis ex aceto scyllitico & masticãda est frequenter Zedoaria.

Ratio conficiendi pastillos odoriferos Comitissæ Arnsburgensis.

℞. 4. vnc. Rosarum albarum, iisque folia decer pe. His in mortario [illegible] contusis, adde Benioin vnc. 2. per spatium 24. horarũ in aqua rosarum maceratas; quibus adiice Ambram ad pondus duorum granorum, & Moschum, ad pondus vnius gr[illegible]

Atque omnino mala est omnis aqua turbida crassa, male olens, salsa & amara.

Aqua autem saluberrima est in æstate, inde in vere & autumno, in hieme pessima est.

Nullius vero aquæ, siue bonæ siue malæ potio salubris est, vestris præsertim corporibus, quæ in his regionib. aquilonaribus morbis humidioribus sunt obnoxia. Quod si tamē necessitate compulsi aquam ex illis laudabiliorib. bibere cogemini, leniter prius ac lento igne eam decoquitote. Huiusmodi enim coctione & crassities aquæ tollitur, & omnis eius prauitas corrigitur.

Quo pacto aqua ad abluendum corpus, manus, faciem, oculos, & aures, itemque ad balnea vti conueniat, paulo post dicemus, quemadmodum & de aquis odoriferis, de quibus pauca quidem præmisimus: verum plura dicturi sumus. Non est autem huius loci, neque nostri instituti, qua ratione aurum, argentum, chalybs, & alia metalla in aqua exstinguantur, vt propriam quandam virtutem ex illis suspiciāt, hic explicare. Tantum addo, homines viuacissimos, optimæq. temperaturæ esse, qui vtroque tam aquæ quam aeris elemento probe vtantur, cibisque optimis vescantur.

De igne. CAP. VI.

Ignis est calidus & siccus, optimusque est, qui accenditur ex lignis siccis & odoriferis. E contrario prauus est ex lignis viridibus & graueolentibus, similiter ex carbonibus factus, qui caput grauat. Vt autem ignis moderatus vapores in cubiculis dissoluit, domestici malitiam aeris corrigit, frigus externum arcet, coloremque naturalem suscitat: Sic nimius ignis & fumus oculos, pulmonem & caput lædunt, fluxusq. & catarrhos crebros generant, humoremq. naturalem exsiccant. Quocirca fugienda maximeq.

deteſtanda eſt noſtratium Nobilium conſuetudo, qui cum in his Holſatiæ partibus magna lignorum copia ſuppetat, ignem tam copioſum & luculentum exſtruunt, vt ipſis fere præ nimio calore & fumo ſpiritus intercludatur, vtq. nimium ignem diſſuadeo, ſic vſum hypocauſtorum vobis omnino interdico, vtpote iis, qui valetudini ſuæ recte conſultum volunt, minime probandum.

Vtimini ergo foco moderate calido, in quo Iuniperi myrtus, terebinthum, laurus, ſaluia, libanotis, lauendula, ligna abiegna, quercina & fagina vrantur. Vitabitis autem ligna quæ prauum & grauem fumū caput tentantem, vel alicui parti corporis noxium emittunt, vt ſunt populi, ſambuci, bruſci, mori, & ſpinarum omnium. Satius eſt autem aliquantulum frigoris tolerare, quam tantam caloris vim ſuſtinere, vt membra ſudore guttatim cadente diffluant. Arceatur nihilominus frigus a capite, pectore, pedibus & ceruice: vt enim calor temperatus digeſtionem adiuuat, ſic nimium frigus memoriæ & reliquis membris officit. Proinde ignis, quantum arcendi frigoris & excitandi caloris innati neceſſitas exigit, adhibeatur, caueaturq. ne modus in alterutro excedatur. Quod vbi fit, natura læditur. Atque hæc de igne dicta ſufficiant.

De cibo. CAP. VII.

CVM abunde ſatis pro inſtituti noſtri ratione de aere, aqua & igne diſſertum ſit, nunc de cibo & potu agendum eſt. Cibo, quicquid ſiccioris ſubſtantiæ effluit, quotidie reſtituitur: Potione vero, quicquid humidioris. Sed ratio qualitatis, quantitatis, temporis & ordinis in primis eſt habenda. Deligendus eſt igitur cibus ſubſtantia mediocris & bonum ſuccum procreans. Nam ſi corrupto alimento corpus paſtum fuerit, in deterius labitur.

Quippe ex boni ſucci cibis bonus ſanguis; ex mali autem ſucci cibis malus generatur. Ciborum varia ſunt genera. Quædam enim ſunt ſubtilia, quædam mediocria, quædam craſſa. Subtilia ſubtilem generant ſanguinem, vt ſunt pulli gallinacei bene nutriti, oua, optima frumenta, caro porcina recens.

Mediocrem ordinem obtinent, carnes agninæ, arietinæ, veruecinæ, vitulinæ.

Craſſa proſunt hominibus calidis & cerebris laboribus corpus exercentibus, vt ſunt bubulæ carnes, vaccinæ, ſuille, leporinæ, ceruinæ, aliarumq. ferarum, quæ in venationibus capiuntur, & domeſticis ſalubriores eſſe cenſentur.

Vt autem in cõſpectu habeatis, qui cibi facilis ſint coctionis, qui vero difficilis, breuiter ſingulos ordine recenſebo. Facilis coctionis ſunt: Vua, ficus, amygdalæ dulces, lactuca, apium, hordeum coctum, caro porcina, pulli gallinacei, perdices, turdi, oua volatilium, piſces ſaxatiles, qui in petroſis locis degunt, auiculæ, &c.

Difficilis vero concoctionis ſunt: Panis azymus, faba, lenticula, cicer, cydonia, caſtaneæ, auellanæ, oliuę, cucumeres, caules, fungi, rapæ, caro hircina, bubula, ceruina, piſces duri & glutinoſi, aues in ſtagnis aut paludibus, aut lacuſtribus locis degentes, anates, anſeres, pulli columbini, grues, pauones, cancri. Item peculiares partes auium, guttur, hepar, ſplen, renes, ſtomachus & inteſtina, venter, caſeus tam recens quam vetus.

Lac amygdalinum cum ſaccharo menſæ familiariſſimum eſſe debet. Item lac caprinum cum ſaccharo & maratro ieiuno ſtomacho ſenibus non male cõuenit. Saccharum autem per ſe eſt calidum & humidum temperate, corroborat, digerit, purgat, conuenit ſtomacho, ſed nimius eius vſus obſtruit, ſecundum Auicennam, & facile vertitur in choleram,

Vitellus oui facilime, totuſque fere in ſanguinem conuertetur.

Laudatur vero ſuilla, quæ inter calidum & humidum temperata cæteras nutritione ſuperat: ſed tamen quia phlegmatica eſt, non omnibus pariter cōuenit. Magnam autem ſimilitudinem cum humana carne habet.

Caro ceruina etſi difficilis eſt concoctionis, tamen tota ipſius ſubſtantia aduerſatur venenis, excepta cauda, quæ ipſa venenoſa eſt. Ego certe carnem ceruorum iuniorum cōtra febrim valere, & alioquin ſalubrem eſſe iudico, iis præſertim, qui facile concoquunt. Cornua ceruorum tenuia & recenter enata, ſunt cibi Principum, & valent contra venenum, quemadmodum etiam os quod naſcitur in corde cerui. Ex piſcibus eligantur parui, ſaxatiles, ſquamigeri, minimeque viſcoſi, in fluminibus & puris aquis natantes: magni magna adferunt detrimenta. Laudo lucium: Anguillas vero & tenchas minime ſalubres, ſed damnandas eſſe duco: vtque omnis pinguedo mala, & piſcium peſſima eſt. Omnes autem promiſcue carnes & piſces, quando aſſantur, acquirunt duritiem, caliditatem & ſiccitatem aliquam, & corpora magis nutriunt, maiusq robur adferunt, quam elixę carnes.

Panis veſter ſit triticeus, bene coctus, non plane furfuris expers, ex recenti confectus frumento, non nimis antiquus, nec maioris ætatis, quam trium aut quatuor dierum. Vſus calidi & recentis panis in comedendo officit.

Medulla vero adhuc calentis panis indita vino, ad olfactum ſi adhibeas, prodeſt, cor ipſum recreat atq. corroborat, ſpiritumq. fouet. Cruſta panis, iis quorum ventriculus abundat ſuperfluis humiditatibus, conducit. Panis autem indigeſtus naturam magis lędit quam caro, ſecundum commune dictum: Omnis

repletio

repletio mala, panis vero pessima. Sal calidum & siccum, reddit singulis ferculis saporem, excitat appetitum, sed nimius eius vsus est nobis noxius, quia adurit sanguinem, lædit visum, & scabiem excitat.

Lac est calidum & humidum, propinquum complexioni humanæ, conuenit pueris & senibus, non multum autem febricitantibus.

Quantum ad fructus attinet o filii, eorum vsum omni modo vobis prohibeo. Plus enim detrimenti quam boni afferunt. Ex nucibus tamen & ficubus pharmacum componitur, de quo postea dicam.

Laudo vuas passas si quis mane antequam alia fercula attingat, iis vescatur. Quibus etiam in coctione ciborum miscendis, melioris saporis gratia vti licet, quemadmodum & reliquis fructibus, sic enim virositatem amittunt. Quamdiu autem sani sospitesque estis, cibis, quos maxime appetitis, vos vesci (moderate tamen) cupio. Nam qui cū delectatione assumuntur cibi, hos ventriculus auidius amplectitur, promtiusque & expeditius concoquit; sed ex aduerso, eos qui displicent, refugit, atque auersatur.

Quantitas cibi & potus debet esse tanta, vt calor innatus, in quo vita consistit, neque propter penuriam alimenti resoluatur, neque propter copiam opprimatur, exstinguaturve, sed vt possit vincere & superare. Nam vbi secus fit, & vel nimis parce cibus subministratur stomacho, consumitur corpus & debilitatur virtus; vel si nimius ingeritur, est caussa putredinis & obstructionum. Excessus autem animaduertitur, si anhelitus, pulsus, vrina & egestio mutentur. Tantum igitur cibi & potionis adhibendum, quantum ventriculus facile concoquere possit, vt vires reficiantur, non opprimantur. Sic enim edendū est, vt esuriamus: & sic potandum, vt sitiamus, sanitatisq. studium in eo consistit (vt docet Hippocrates)

vt satietas ciborum fugiatur,& alacritas ad laborem præstetur. Nec de nihilo est quod trito fertur prouerbio, Plures perire crapula quam gladio, vnicamq. gulam omnium prope morborum esse matrem, & per eam cursum vitæ sæpe abrumpi. Famem itaque cibus, sitim potus exspectet, auiditas vtriusq. supersit, fastidium & securitas procul absit. Vt autem non plus cibi, quam natura exigit, ingerendum: sic vicissim periculosior est tenuior victus, quam paulo plenior. Sæpius enim accidit, vt si quæ copiosiore cibo collegeris, progressu temporis facile consumas; & si quid etiam supersit, repletioni abstinentia mederi possit. Interim meminisse vos decet, omne nimium naturæ esse inimicum, temperantiæ vero mercedem esse robur & sanitatem.

Vt in aliis rebus omnibus, sic etiam in administratione cibi & potus ordo minime est turbandus. Subtiles itaque, liquidi, humidi, ac facilis coctionis cibi, solidis, duris, crassioribus & tardę coctionis cibis præmittãtur, ne forte dura liquidis exeundi meatus impediant, & corruptio fiat, secundum versiculum:

Præmittas calidum frigidis, & mollia duris.

Bis in die comedite: sed cum aliqui vestrum nondum ad pubertatem accesserint ter vel quater iis dę die cibum capere licet: quod idem etiam colericis & ætate prouectioribus salutare fuerit.

Prandio vel cœnę certas & statutas horas destinare vos minime volo, propter negotia tum publica, tum priuata. Nam cum, propter profectionum, venationumq. commoditatem, corpori curando semper vacare nequeatis, sed tempus prandii vel cœnæ interdum differre cogamini, malo vos hac in parte a Medicorum decretis aliquantulum discedere, vt maior necessitatis, quam huiusmodi exquisitarum præceptionum ratio habeatur. Tempus autem edendi aptissimum est absoluta concoctione, quod fames

indicat,

indicat, neque ingerendus alius est cibus, priusquam ingestus plane fuerit concoctus

In comedendo minime moram producite, sed simul omnia fercula vobis apponi curate, vt quod maxime palato & ventriculo arriserit inde deligatis. Alimenta antequam deglutiatis, exactissime mandite, molaribusque optime atterite.

Sumto cibo modice deambulate, mox vero sedete, secundum versum:

Post pastum stabis, passu mollive meabis.

Cœna, cum noctium ingruit longitudo largior & plenior prandio, dum adhuc in iuuenili ætate estis constituti, vobis congruit Secus vero si catarrhis & destillationibus, nocturnisq. morbis laboratis. Siccus cibus alimenta mollia, potumq pondere æquet. Inter comedendum sæpe ac parū bibite. Inter prandium & cœnam potu abstinere cōcoctionem iuuat. Cholericos tamen & pueros hoc præceptum non ita arcte obstringit.

Inter vtramq. comestionem ad minus sex horarū spatium interponatur, vt tempore intermedio præcipuæ coctiones perfici queant. Hieme rectius cibis actu & virtute vtimini calidis, æstate vero frigidis. Sed nunc ad potum transeamns.

De potu. CAP. VIII.

POtus non minus quam cibus necessarius est, vt corpus humectet, & quod humidum e corpore dissoluitur, restauret, crassioresq. cibos ad loca remotiora depellat.

Moderata vini potio vires reficit calorem naturalem corroborat, humores temperat, purgatque per sudorem & vrinam, corpori alimentum exhibet, appetitum & coctricem facultatem iuuat, & animum, præsertim eorum qui temperatæ sunt complexionis, lætum & hilarē reddit. Immoderata vero potio

vini omnes humani corporis ſenſus lædit, ingenii vires opprimit, animiq. vigorem eneruat, ac hebetem reddit. cerebro ac neruis plurimum officit, tremorẽ membrorum, ſpaſmum, apoplexiam, paralyſin & mortem repentinam adducit.

Vinũ autem præ cæteris illud eligatur, quod præditum eſt bono odore, colore, nitore & ſapore. Vinũ vetus calidum eſt in tertio gradu, recens in primo. Sed quo eſt generoſius, eo calidius; quo dulcius, eo minus validum.

Vinum defecatũ recenti, ſiue muſto ſalubritatis palmam præripit. Hoc enim inflationes & calculos in renibus generat, ægreq. concoquitur, aluum tamen cito mouet, illudque boni ſaltem præſtat.

Inter cætera vini genera præſtãs eſt vinum, quod cum Helenii herbę radice decoctum eſt. Aſthmaticis enim ſalubre eſt, & ad concoctionem in primis conducit, purgatq nonnihil. Ideoq hoc vini genere ego delector. Vinum etiam ſaccharo decoctum ſenibus frigidis, & debilibus conuenit, & quibus humor natiuus & calor naturalis imminuuntur. Nutrit enim & ſanguinem generat, & replet partes principales ſpiritibus.

℞. Vini optimi libras tres.

Sacchari albiſſimi libram I. coquatur ad lentum ignem more ſyrupi, ſerua & vtere cum duabus partibus aquæ decoctæ, vt ſupra, vel aliter prout vſus poſtulabit. Hoc vinum ſiue potius ex vino ſyrupum Rabi Moſes in libro De victus ratione ſenum & conualeſcentium approbat. Probo etiam potum Hippocraticum, qui valde his frigidis in locis conducit, hiberno præſertim tempore,

Cereuiſia ſit ex bono frumento, probe cocta, ſit clara, non nimis recens, nec adeo vetus, vt ſaporem contraxerit aceroſum. Cereuiſia alit neruos, bonum efficit colorem, e ſtomacho & inteſtinis facile effluit,

tempore calido confert plurimum, sitim sedat, & corporibus nostris non multo minus salubris est, quam vinum. Obtinet cereuisia, præsertim Hamburgensis, præter nutriendi & calefaciendi facultatem, quam ex tritico aut hordeo nanciscitur, quandam etiam medicandi vim ex lupulo salictario acceptam. Quodque sit potus saluberrimus incolarum in his regionibus septentrionalibus, floridus color, forma elegans & integra corporis constitutio indicant. Nam raro nostrates podagra vel arthritico morbo afficiuntur: Catarrho tamen vel asthmate, vel renum morbo nonnumquam infestantur Quod si vero quis cereuisiam vsque ad ebrietatem ingurgitauerit, plurimum ex hac detrimenti percipiet. Nam capitis dolorem, inflationes & morbos frigidos inde gigni experietur. Ita vt peior sit crapula, quæ a cereuisia, quam quæ a vino oritur, his præsertim in locis, vbi phlegma & catarrhi in corporibus abundant. Alioqui grauior est, ex vino quam ex cereuisia crapula. Sed cum cereuisiarum diuersa ac plurima sint genera, vnumquemque naturæ suæ rationem habere decet, vt cereuisia quæ maxime sibi conueniat, vtatur.

Aquam decoctionis hordei, quæ ad refrigerandũ tam sanis quam ægris confert plurimum, quaq. ego vti consueui, quemadmodum conficere oportet, hoc loco subiiciam.

℞. Hordei libram dimidiam.
Aquæ mensuras 4.
Glycyrrhizæ semiunciam.
Seminis violarum drachmas ij.
Seminis petroselini drachmas ij.
Rosarum rubearum vncias iij.
Hyssopi, } ana sesquiunciam.
Saluiæ, }

Ficuum,
Vuarum passarum } ana vncias iij.
enucleatarum,

Hæc omnia in vase fictili decoquantur tamdiu, donec ad latitudinem duorum transuersorum digitorum decrescant. Vas fictile in aquam frigidam collocetur, & deinde per linteolum excoletur.

Hieme calidum, æstate frigidum bibatur, nec vmquam ante sumtum cibum, nec spatio inter prandiũ & cœnam interposito nisi aliquis choleræ valde sit obnoxius, vel puer, vel in teneris annis inueterato quodã more sit assuefactus. Quæ tamẽ consuetudo mala est, & paulatim tractu temporis in melius mutanda.

Ex aureis argenteisq. poculis bibere, ad sanitatem non parum emolumenti habet, quemadmodum etiam aurum vel argentum cãdens in potione exstinguere prodest. Pocula vestra sint operta & tecta, ne quid detrimentosi illabatur, vel venenum a muscis aut aliis animalculis inferatur.

Potum autẽ niue imposita aut nitro resoluto refrigerare vos nolo, atque hoc vt rem corporibus vestris noxiã prohibeo Nam cum potus niue aut nitro refrigeratur, violenter cogitur.

Cum acetum etiam cum potu cognationem quãdam habeat, pauca de hoc monere, ab instituto meo haud alienum esse duxi. Est autem frigidum in primo gradu, & siccum in secundo proportione: secundum eius aciditatem melancholicis obest, cholericis vero prodest. Vnde calido stomacho pariter & humido eius vsus permissus est. Nam appetitum excitat, concoctionem iuuat, sistit & compescit furentẽ bilem, phlegmati attenuatione siccitateq. aduersatur, pulmoni tamen obest.

Memineris etiam omnia alimenta fulmine tacta noxia & perniti osa esse. Inest enim illis vis pestifera,

ex qua spiritus venenatus in contactu diffunditur. Quare nequaquam potu conuenit vti, qui fulmine tactus degenerarit, siue sit immutatus.

Labor autem cibum antecedere debet, cibus potum, vterq. somnum, atque in his omnibus modum seruare optimum est. Peior vero cibi, quam potionis est repletio: pessima cibi & potionis coniunctim, nisi per vomitum curetur Et hęc de potu dixisse sufficiat. Iam ad motum & quietem progrediamur. Quomodo autem concoctio cibi ac potus perficiatur, ex Galeno hic subiiciam.

De concoctione ex Galeno.

Alimentum a ventriculo elaboratū, vbi ad hepar traxerunt venæ, ibi rursus feruet & concoquitur, alteraturq. in sanguinis generationem; in ebullitione autem hac ex ipsis excrementis, quod fœculentum quidem & crassum, subsidet; quod vero tenue exsistit & leue, innatat, & veluti spumæ quædam in superficie sanguinis fluitat. Excipit autem quod flauum & tenue est, vesica fellis ad hepar posita, quod crassum & limosum lien, quem in sinistris partibus ventris subdidit natura. Quod reliquum est, rubrum quidem illud & purū a vena caua in gibbis hepatis orta excipitur, eaq. veluti aquæductu sanguinis pleno ad vtramq. animalis partem fertur superiorē & inferiorem (nam illa per totum corpus in varios, spissa ramos disseminatur) liquido tenuiq. & aquoso humore, qui adhuc in hac reliquus est, veluti vehiculo ductum donec ad dextrum cordis ventriculum peruenit, vbi hunc renes excipiunt, & ab his vesica maior, per quam eiicitur.

De motu siue de exercitationibus corporis.

CAP. IX.

QVoniam magna pars conseruandæ sanitatis in opportuna corporis exercitatione consistit, mo-

tus quoque ratio, quo corpus valetudinis conseruandæ gratia agitatur, diligens est habenda. Motus autem tamquam genus cõtinet in se omnes exercitationes, & corporibus nostris necessarius est, tam continuus, tam temperatus, tam varius motus quã cœlestium aerisque, ignis & aquæ; seruata tamen cõcoctionis & somni necessitate, defatigatione vero & resolutione distillationeque vitata.

Omnis autem exercitatio corpori leuitatem præbet, insitum calorem auget, membrorumque duritiem efficit. Per laborem vires corporis magis ac crescunt, membraque omnia redduntur solidiora & robustiora, sed ex contrario membra per otium tabescunt.

Exercitatio acuta corpus tenuat, contraria crassius reddit: multa corpus siccat, mediocris obesum præstat. Vernum exercitium sit maius æstiuo.

Varias autem exercitationum species quærite, & moderatas amate, locoque opportuno & commodo instituite, vt modo ruri, modo in vrbe versemini, interdum nauigio vehamini, nonnumquam vehiculo vltro citroq. feramini, quandoq placeat venatio.

Suaui & iucunda ambulatione adhibita cibus in ventriculi fundum descendit, longiore & concitatiore etiam frigoris vis dissoluitur Vt plurimum autem in locis apricis ambulationem instituetis Sub dio enim nati sumus, cumq. in locis apricis ambulamus, aer & venti nos circumdant, Sol cæterique planetæ & stellæ radios libere in nos proiiciunt, vis siderum obambulantibus nobis e directó magis incidit, nosq. aerem haurimus & attrahimus recentem, quo spiritus cordis egregię reficitur.

Melior itaque est ambulatio sub dio cæteris paribus, quam in porticu; melior in sole, quã in vmbra. Si caput patitur, melior in vmbra quam viridaria efficiunt, quam quæ tecta.

Mane circa montes, vesperi vero ad amœni fluminis ripas spatiari conuenit.

Laudo etiam frequentem aquæ nitidæ aspectum, virides & rubros colores, hortorum nemorumque vsum, quemadmodum etiam leuem nauigationem valde probo, & varietatem in primis, facilesque occupationes & diuersa negotia, non molesta, assiduam hominum gratiosorum & felicium consuetudinem.

Laudantur a Medicis eæ potissimum exercitationes, in quibus brachia exercentur, & thorax panditur, vt superfluitates in pectore & pulmone discutiãtur, & materiæ ad inferiora trahantur.

Ascensus & descensus cum quadam varietate etiã mouet corpus, nisi tamen id sit perquam imbecillũ. Equitationis exercitium quoque non est insalubre. Hęc enim spiritus ipsos supra reliquum exercitiorũ genus coroborat, & sensus purgat, stomachoque in primis est apta, & spinam rectam sustinere postulat. Cum itaque his redundet commoditatibus equitatio, & nobilibus maxime conueniat, atq. ad illorum expedienda negotia in primis sit vtilis, in pace iucunda, in bello vero necessaria; nequaquam hanc negligite, sed debitam operam & studium in eam impendite. Quia vero ad eam exercendam naturæ vestræ ductu satis inclinatos esse scio, plura de hac nõ dicã, sed saltem hoc adiiciam, eam si nimia sit, visceribus obesse propter iactationem frequẽtem & membrorum succussionem.

Ego venatione (quam vix quisquam satis iustis præconiis vmquam ornare poterit) vnice delector. Venatio enim non solum vniuersas corporis vires & partes ex æquo exercet, sed etiam animum mira voluptate afficit Facit nos ante lucem somno excusso leuari, frigoraq & calores tolerare. Equitando totũ corpus venatoris mouetur, eoq pacto insitus calor

augetur, lacerti, brachia manuſque canibus venaticis ducendis agitantur, canum ſtrepitu, clamore & latratu aurium ſenſus exacuitur, vociferatione thorax & vocalia inſtrumenta exercentur, dum feras fugientes ſummo ſtudio venator inſequitur, curſu ad quoduis opus efficiendum agilior redditur, in velocitatem celeritatemque ferarum, atque in canum incurſum, inſultumque acies oculorum intenditur; qua re viſus melior perfectiorque efficitur. Sæpenumero in venando animus, vbi ferox aliqua beſtia ſeſe obiecerit, ardore quodam incaleſcit, deinde cupiditate & honoris ſtudio captus, cæde ferarum mire afficitur, dumq; omnibus corporis aduocatis viribus, omniumque neruorum contentione certamen aggreditur conficitque tandem, laboris victor reipſa lętatur. Membra quoque, & inſtrumenta reliqua venatoris, ex mutuo ipſorum attritu redduntur duriora & robuſtiora; ſpiritus vehemētius mouetur, muſculi, & nerui validiores efficiuntur. Taceo, quæ conſilia in feris indagandis, quam diligentem in capiendis laborem, in feriendis & percutiendis ſtudium venatorium requirat, ex ipſo etiam conatu ad multa meliores & ſapientiores euadimus. Denique venatio maximam cum re bellica ſimilitudinem habere videtur. Hæc enim ſibi præficit ducem, cuius dictis omnes auſcultant atque obediunt, hoſtem excurſionibus prouocat, exploratores in ſpeculis diſponit, inſidias abdit, apertum martem ſimulat, diuortia quæ ad fugam patent, obſeruat, per ſaltus quidem & arua pedites præmittit, loca plana & aperta equitum alis præcingit, cornuum ſtrepitu progreſſus aut receptus, prædam aduentantem aut euadentem ſignificat, moueri caſtra indicat. Adeo vt omnino concludendum ſit, venationem bello ac pugnæ ſimilimam. Ex his itaque conſtat, venationem triplicem nobis præſtare vtilitatem, vnam ſanitatis; alteram,

tam, ſcientiæ rei militaris; tertiam, victus. Sed ne abſq. ratione hanc venationis diſciplinam vobis cõmendare videar, Xenophontem, qui fuit præſtans Imperator, bonus paterfamilias, & diligens naturæ ſuæ conſeruator, huiusque artis peritiſſimus, magnis hanc laudibus efferentem introducam, cuius ſummi viri teſtimonium maximam apud vos habiturum auctoritatem ſpero. Is in ſuo De venatione libello ſic inquit: Qui ſtudio venationis dediti ſunt, magnã ex eo vtilitatem capiunt. Nam corporibus bonam valetudinem comparant, hinc vident, audiuntq magis, ſeneſcunt minus: Hæc ad bellum præcipue inſtituit; Primo quidem, ſi vias iniquas ſub armis ambulant, minus laſſantur: nam labores ſuſtinent, quibus feras capere conſueuerunt. Deinde, poterunt humi iacentes quieſcere, ad imperatoris edictum præſto eſſe. In adeundis hoſtibus inuadere ſimul & imperata facere, cum feras ipſi hoc modo venentur. Nec vero in fronte locati deſerunt acies, quia ſunt paratiſſimi. At in hoſtium fuga vbiq. illos propter locorũ peritiam recte ac tuto perſequuntur. Quod ſi exercitus ſuus infeliciter pugnauerit, in ſiluoſis, abruptis, iniquiſq. aliis locis ſeipſos cum ceteris non turpiter ſaluare poterunt: nam conſuetudo venandi nõnihil eos peritiores reddit. Et hi plerumq. magna commilitonum turba fugiente, victores hoſtes propter locorum difficultatem errantes, ſuo ipſi robore & audacia repugnando terga dare coegerunt. Nam fortuna fere corporis & animi fortitudinem comitatur. Quod cum maiores noſtri cognoſcerent, hinc rem aduerſus hoſtem bene geri, ſtudium hoc iuuenum inſtituerunt. Hæc ille.

Sunt & alia exercitia, quib. ſanitas conſeruari poteſt, vt certamẽ equeſtre, curſus, natationis, gladiatorum, ſagittariorum, & vſus pilæ proiectilis noſtris temporibus in his regionibus vſitatæ. Item geſtatio,

vectio, cantatio, clara lectio. Paruæ etiam pilæ siuê sphæræ vsus a Galeno commendatur, quod crura, brachia, ceruicem, caput, oculos, dorsum, lumbos, & omne ex æquo corpus moueat.

Nonnulli frictionem & cohibitionem anhelitus exercitationibus annumerant, quæ cum aliquem in tuenda valetudine vsum habeant, leuiter perstringendæ veniunt.

Frictione, si dura est, corpus duratur & corroboratur: dum scilicet excrementa, quæ spatia particularum intermedia occupant, discutiendo membra densantur, compactioraque & firmiora euadunt. Si mollis, mollitur; diffuso nimirum, non autem discusso particularum humido, aut etiam nouo aliundê accersito. Si multa, minuitur; si nulla, repletur. Ego discessurus cubitum tibiis, brachiis, anteriori & posteriori parti corporis frictionem singulis fere diebus sub noctē ad focum per pueros mihi ministrari curo. Idque ad quartam coctionem, quæ in venis perficitur, iuuandam: quæ res vtut nulla ratione satis approbari posse videatur, mihi tamen, ni fallor, summopere contulit. Qui matutino tempore frictiones huiusmodi esse opportuniores censebit, is vt suum & ipse sequatur genium suadeo. Cohibitio spiritus nunc non est in frequenti vsu. Illud tamen monuisse non pigebit, retentionem spiritus contra singultus leuiores, ex frigiditate ortos, præsens esse remedium, vt Aristotel. quoque 33. Sect. Problem. 1. testatur.

Omnis vero exercitatio lēte suscipiatur. Facit hoc ad probiorem suscepti operis continuationem: & est alioquin omnis motus, qui secundum naturam est, initio sui tardior ac debilior, in progressu autem & fine celerior expeditiorque.

Exercitationes autem bene valenti sunt ad præcautionem accommodatissimæ, omnes tamen con-

fecto

fecto prope duplici cõcoctione cibo, aluoq. subducta, id est, bono mane: Sic enim & alimenti coctio, & eiusdem concocti digestio per corpus promouetur, & si quid excrementorum ibi hæserit, expurgatur: Alioquin post digestionem quidem corpus absumũt, & colliquant; post cibum autem caput grauant, coctionem perturbant, impurisq. crudis succis corpus replent vniuersum.

Exercitatio producatur ad sudorem vsque, quo guttatim emanante rursus intermittatur, vel etiam continuetur, vsque ad defatigationis initium: idque ipsum modo magis, modo minus faciendũ est. Hieme sit prolixior, quam æstate. Et plus debet se exercere phlegmaticus, quam cholericus: vt enim animi, ita corporis quoque exercitia moderata & tempestiue adhibita sint oportet: mala est enim nimia defatigatio atque exsolutio corporis, peior animi, vtriusque simul pessima, oppositis nempe hominem motibus distrahẽs, vitamque disperdens. Moderatis autem laboribus corpus, animus honestis actionibus roboratur.

Cæterum cũ exercitio aliquo incalueritis, ne statim vẽto aut frigido aeri vos exponite. Omnis enim subita mutatio est periculosa, cum alias tum vero maxime, cum ab altero extremo tum ad alterum fit transitus: quæ paulatim fit, magis est tuta. Ne autem hoc loco sim longior, cum Hippocrate & Celso concludam, sanitatis tutelam auspicandam esse a labore, quem excipiant cibus & potio, deinde somnus, mox venus. Sed labor, cibus, potus, somnus & venus, omnia sint mediocria.

De quiete & otio. CAP. X.

QVemadmodum exercitationis vsus legitimo, debitoque tempore administratus ad sanitatẽ conseruandam plurimum momenti habet: ita quies

immodica & perpetua non ſolum corporis, ſed & animi vigorem obtundit. Nam vt per exercitium calor innatus ſuſcitatur, adeoque ciborum concoctio, digeſtioque eorundem promouetur, ita per otium accidunt contraria. Otium igitur immodicum, tamquam ipſiſſimam peſtem vos fugere volo: nam, vt Poeta inquit, *Varia ſemper dant otia mentem.* Naturæ tamē expedit, vt corpus labore defatigatum requieſcat, præſentiſſimumque laſſitudinis remedium, & exercitationis condimentum eſt quies, vt Poeta inquit,

Otia corpus alunt, animus quoque paſcitur illis;
Immodicus contra carpit vtrumq; labor.

Hunc igitur ſcopum vitæ vobis, filii mei cariſſimi, in primis præfixum eſſe volo, eam præcipue ob cauſſam vos in hanc lucem editos eſſe, vt Deo immortali, patriæ, propinquiſq inſeruiatis, non vt edatis, bibatis, dormiatis, otioq. diffluatis. Edimus enim & bibimus vt viuamus, nō viuimus vt edamus & bibamus, vitamq. in otio abſq. honeſto labore traducamus. Et hæc de quiete & otio dixiſſe ſufficiat.

De ſomno. CAP. XI.

POſteaquam de motu & quiete dixi, reſtat vt de ſomno & vigilia breuiter verba faciam. Eſt autem ſomnus vt Hippocrates libro de inſomniis ait, quidā quaſi receſſus animi in ſeipſum. Item, animalium facultatum requies, vinculū ſiue vacatio ſenſuum exteriorum, & motus localis ab vtili quadam humiditate, vt putant cerebrum madefaciente, inclinationemq. ad ſomnum inducente proueniens. Somnus autem vires roborat omnes, corpus reficit, concoctionem confirmat & perficit, ęgritudinem obliuione delet, laſſitudinem leuat, mentis inſaniam corrigit. Præterea internas corporis partes humectat, viſceribus vt functionibus ſuis obeundis ſufficiāt, & ad

omnia naturæ opera plurimum confert. Interdiu vigilare, noctu vero dormire oportet: nocturnus enim somnus maxime secundum naturam exsistit. Hæc interualla motuum atque hunc ordinem Deus ab initio in natura sanxit.

Somno tamen non nimis indulgendum est, pomeridiano vero neque etiam parum: nam is vt valetudinis hostis capitalis (nisi tamē vbi quis nocturnis laboribus aut vigiliis a sopore præpeditus fuerit) est fugiendus. Et sane qui ita sunt somno dediti, vt magnam diei partem stertant, & cum gliribus certent, raro ad iustam perueniunt senectutē. Etenim ii magnam impuriorum excrementorum copiam non solum ex cerebro, verumetiam aliis corporis partibus accumulare solent. Alios consuetudo subleuat: sed assuescere iis, quæ præter leges naturæ fiunt, cōsultum vobis non est.

Vt autem nimius & immodicus somnus noxius est, sic moderatus proderit vobis in primis, cum ad decrepitam senectutem fueritis progressi, ad humectandam siccitatem. Duabus horis a cœna vigilate, priusquam vos quieti mandetis. Lucubrationes nocturnas fugite. Somnus vester spatio 7, 8 aut ad summum 9. horarum circumscribatur, idque hac conditione. Si concoctio alimentorum probe & perfecte fuerit absoluta, quod vel ex vrinæ flauitie, vel corporis alacritate, & membrorum vigore cognoscitur. Item; quando nec ventris dolor, nec ructus, nec oscitatio adest. Nonnumquam etiam nocturna vigilia aut crapula diurna prolixiorem somnū exigit. Eo magis si vos peste aut veneno infici contigerit per initia præsertim mali cauendum erit, ne per nimium somnum venenum ad intima præcordia illapsum vos exstinguat. Virium tamen semper habenda ratio fuerit.

Quod si noctu vigiliis detenti, ex vno latere vos in

ex ore descendit, quod mihi sæpe solet accidere. Supinus decubitus corporibus est noxius & plane fugiendus.

Vt autem sciatis, qua animi securitate somnum inire vos velim patris mei exemplum vobis hoc loco ob oculos ponam Is enim solitus fuit dicere, se cum cubitum contenderet, vestesque exsueret, omnia simul negotia ac cogitationes, tam de rebus publicis, quam priuatis, simul deponere & exsuere, vt eo melius somno vacare posset; summo autem mane se vna cum vestibus negotia & cogitationes pridianas reassumere Quam consuetudinem vobis etiam imitandam memorique mente seruandam esse duco.

Iam subiiciam vnum atque alterum medicamentum, quo somnus allici queat.

℞ Oleum rosaceum, vel paululum Camphoræ natiuæ; misce cum lacte mulieris, a qua femella lactatur, caputque summum irriga.

A L I V D.

℞ Olei nymphææ.
Olei violarum.
Vnguenti popul ana semunciam.
Opii gr. tria.
Croci triti gr quatuor Fiat vnguentum, quo tempora & nares illinantur.

A L I V D.

℞ Olei rosacei vnciam vnam.
Aceti drachmas tres. Agitentur cum albumine oui, & temporibus applica.

Non alienum fuerit hoc loco paucula quædam de insomniis quæ cognationem quandam cum somno habent, addere. Illa enim corporis affectũ declarant, & sunt simulacra præcedentium, vel notæ rerum consequentium sane non prorsus fortuitæ: nam rationi cõsentaneum est, certis temperamentis fami-

ictus periit. Verisimile est, ea quæ per somnium irrumpunt, simulacra esse nostrarum actionum : videtur namque anima(vt ait Hipp.lib. De insomn.)in somno profundum corporis ingressa, externis sensibus posthabitis, corporis affectum sentire, & omnia quæ concupiscit, tamquam iam præsentium imaginationem arripere. Nec dubium est, quin animus curis, cogitationibusq. vacuus, ac seipsum contemplans melius præuideat.

Quoniam autem antea dictum est, insomnia esse notas rerum futurarum, iam obseruabitis has breues præterea insomniorum significationes, nempe, quod ignis obiectus oculis in somnis flauam bilem designet; fumus aut caligo, atram bilem; pluuia, frigidi humoris abundantiam; nix & glacies frigidam pituitam. Porro res odoriferæ bonorum humorum sunt testes. Nunc ad reliqua pergemus.

De vigilia. CAP. XII.

ETSI somnus & vigilia plurimum ad tuendam corporis sanitatem conferant, tamen vtrumque, si modus in his excedatur, est noxium & malum: vehemens enim vigilia exsiccat, spiritum resoluit, concoctionem impedit, & tum cibi tum potionis cruditatem efficit Vigilandum est itaque de die, dormiendum autem noctu, ita vt vigiliis tranquillitas etiam interponatur, vnaque cum sole oriente surgendum (quod tamen in æstare, cum longissimi sunt dies, haud ita exacte præstari potest) quia tum mouetur sanguis, omnesque creaturæ vires suas de integro instaurant.

Postquam autem surrexeritis, in primis frigus matutinum, tamquam corporibus vestris noxium, vitate: deinde excrementa alui & vesicæ euacuate : vt fusius deinceps monebimus.

Et dormire bonum & vigilare, sed vtraque quamuis
Optima si fuerint, immoderata nocent.

De excretione in genere.

CAP. XIII.

TRactaturus de excretione & retentione, non tam operam dabo, vt omnia & singula redundantiæ genera & differentias sigillatim referam, quã vt pauca & necessaria, ac ad incolumitatem corporũ vestrorum vtilia succincte expediam.

Lubricus & laxus aluus sanitati plurima commoda præstat: quæ enim purgationes sponte ac naturæ beneficio accidunt, sunt saluberrimæ. Excrementorum autem sunt optima, quæ nec nimis dura, nec nimis fluida, nec colliquationem aut putredinem præ se ferunt: sed ad modum mellis coniuncta, quæ sunt conuenientis fœtoris, & sine punctione, cum voluptate & facilitate exeunt. Siccitas enim calorem igneum & laborem corporũm, resolutionem humiditatis, & sicca nutrimenta significat. Humiditas vero nimia oppilationem & malitiam digestionis, atq. intestinorum debilitatem designat. Bis igitur in die deiiciatur aluus, mane cum e lecto surgitis & vesperi cum cubitum disceditis. Nec crepitus ventris, si soli estis, retineatur. Vrina vero quotiescunq opus fuerit, reddatur; est enim eius retentio non naturalis. Sordes pulmonis & cerebri eiiciantur. Particularium quoque membrorum excrementa, vt aurium, narium, palatique mature euacuentur. Nunc ordine singula breuiter recensebo, per quæ excrementa corporis excernuntur: ac primum de venæ sectione dicam.

De sectione venæ. CAP. XIV.

SAnguinis vsus est in corpore humano vt nutriat, vtque ex eo omnes corporis particulæ alantur.

Cum autem vena secatur, vna cum sanguine copioso, vitalis excernitur spirit⁹, & sic virtus naturalis dissoluitur. Recte enim Galenus inquit, quod incontinentes, ebrii, ac gulæ dediti, neque purgatione, neq. sanguinis missione magnopere iuuentur. Cum itaque vos crebris & vehementioribus vtamini exercitiis, nec ad amussim, ita vt optima conseruandæ valetudinis ratio exigit, vitam instituatis, neque semper eam, quam præstare deceret præstetis temperantiam; non possum non vos summopere dehortari, vt ne per venæ sectionem, tempore præsertim intensi frigoris vel æstus corpora vestra crebro euacuetis, ne postea in viuidioris sanguinis emissi locum aqua humida succedat. Quod si tamen morbus aliquis ex sanguinis copia & vbertate vel adustione ortus, eius emittendi necessitatem vobis attulerit, hęc lex frangenda erit, & eo casu secundum periti Medici consilium, sanguinem per venæ sectionem educere poteritis. Si autem emissus sanguis fuerit rubeus & aqua candida superfluat, significat sanitatem corporis, si sanguis spumosus, male habet circa pectus; si viridis, circa cor.

De Cucurbitulis. CAP. XV.

AT si quis vestrum plene sanguine abundat, ita vt euacuatione omnino egeat, is cucurbitulis cum scarificatione vtatur: Cuicumque enim particulæ corporis affixæ fuerint, huius sanguinem eliciunt, exsugunt & euacuant. Hæc appositio cucurbitularũ nõ est tam periculosa, quam si venę sectio tentetur. Cum enim vena ferro tangitur, multa sæpe & periculosa comitantur sectionem accidentia, nonnumquam totius brachii conuulsio vel resolutio & alia eius generis incõmoda. Eius rei exemplum est, quod Medici nonnulli & Astrologi certo affirmãt: Si quis tẽpore natiuitatis lunę caudã Draconis in quopiam si-

hirudines paruæ ſunt, quæ dicuntur paluſtres *Mohriglen*, quarum ad hanc rem nullus eſt vſus, quædam habent acutum dorſum, dicunturque equinæ; quæ itidem fugiendæ ſunt: nam ſunt venenoſæ. Et hæc de ſanguinis miſſione, adpoſitione cucurbitularum & hirudinum monuiſſe ſatis eſt. Reſtat vt reliqua etiam excretionis genera perſequamur.

De purgationibus & clyſteribus.

CAP. XVII.

PVrgationes vt interdum ſunt neceſſariæ, ſic frequentes periculum afferunt. Ii qui exquiſitis vtuntur purgationibus, cito ſeneſcunt. Nulla enim purgatio abſq. admixtione veneni miniſtrari poteſt. Et ſi fuerit vehementior, comitatur hanc repentina deiectio, quæ ſtomachum & cor debilitat, ſpiritus multos exhaurit, confundit humores, ita vt qui hanc crebro adhibent, penitus contabeſcant. Et merito hac in parte dictū Hippocratis laudatur, qui inquit: Qui corpore bene ſe habent, hos purgare periculoſum eſt. Quapropter o filii, omnium purgationum, & præcipue vehementium vſum vobis omnino interdico. Si quis bonam dietam in vita adhibet, purgationibus non eget. Cereuiſia Hamburgenſis vim purgandi, aluumque emolliendi ſatis euidentem obtinet. Liquidiores quoq. epulæ in principio ſumtæ aluum mouent. Vinum item Nectarites ſiue Inulatum eandem virtutem præſtat. Folia quoque Senæ in cereuiſia vel aqua pura, cum prunis damaſcenis decocta aluum ſoluunt. Sed ſubiiciam medicamenta quædam aluum emollientia & lenientia, quæ, ſi neceſſitas ita feret, adhibere poteritis.

Suppoſitorium quo pueri etiam tuto poſſunt vti.

Sume recentem oui toſti vitellum, quem ſale cōſperſum, cultroque vna cum ſale in tenuiſſimas con-

cisum particulas commisce. Huius partem aliquam magnitudine auellanæ linteolo tenui insere, filoque longiore constringe, id quod propter commoditatem extractionis minime præcidas. Postea in oleum feruens iniice, ex quo rursus exemtum mox in loca secretiora, dum calet, insere.

ALIVD.

Confice ex melle aut sale, aut ouis & farina, aut ex lardo fumo indurato balanum, aut etiam ex ster core muris, vel decoque hordeum in aqua calida, & ius illud cum saccharo bibe.

Glandes quibus pater meus tempore morbi vti consueuerat.

℞. Mel decoctum ad spissitudinem, misce cum farina triticea. Postea mitte in mensam, & addito recenti butyro, non salito in teretem longamque formam finge. Deinde immitte in oleum, ex quo rursus exemtum loco secretiori insere.

Clyster.

℞. Radicum cichorii, liquiritiæ ana vnc. dimid.
Intubi satiui drach. ij.
Herbarum cichoreæ, maluæ.
Bismaluæ, ana manip. vnum & dimidium.
Mercurialis manipulum vnum.
Sem. cichorii, fœnicul. ana drach. j.
Fœnigræci, lini, ana drachmas ij.
Florum Camomillæ tertiam manipuli partem.
Fiat decoctio pro enemate.
℞. colaturæ vncias xi.
Quibus adde oleorum violarum vncias ij.
Camomillæ vnciam vnam.
Mellis rosati colati vnciam dimidiam.
Sacchari rub. vnciam dimidiam.
Electuarii lenitiui, cassiæ pro clysterib⁹, ana drach. vi.
Misce, fiat enema.

Purga-

Purgatio suauis & vtilis omni ætati, sexui & morbo

℞. Foliorum senæ expurgatorum vnc. I.
Cinnamomi, Zinzib. ana drach. ß.
Sacchari candi vnc. ß.
Sacchari drach. vj.

Bulliant in seri lactis caprini lib. ij. per 4 horæ partem, deinceps macerentur per noctem, ex iure hoc potui detur ab vnc. I. vnc. v. mane & per vnam horam ante cœnam, quoad recte laxetur aluus.

Aliud Medicamentum purgatiuum cuiusdam Medici Friderici Regis Daniæ, quo Rex ipse & multi nobiles vti consueuerunt.

℞. Foliorum senæ Alexandr. recentium abiectis stipitibus vnc. j.
Rhabarbari optimi drach. ij.
Agarici electi drach. iij.
Cinnamomi electi vnciam vnam semis.

Infundantur per horas XII. secundum artem in sextariis duob. tepentis vini Rhenensis optimi. Deinde colentur per saccum laneum (quem manicam Hippocratis vocant) sexies aut septies, & dulcorentur lib. semis sacchari optimi in modum nectaris. Vt autem compositio huius medicamenti tanto melius intelligatur, breuem declarationem adiiciemus.

Sumantur & eligantur folia Senæ minutissima ac viridissima, Rhabarbarum non contundatur, sed acuto cultro in tenuissimas particulas conscindatur, Agaricum eligatur albissimum, nullis flauis aut nigris maculis interspersum, idq. ad tyrocnesten atteratur: Cinnamomum vero tundatur.

Hæc omnia misceantur in duobus sextariis vini Rhenensis, ac super calidos cineres, vel ad fornacem ponantur per spatium XII. horarum. Deinde colentur per laneum saccū septies, & postea addatur lib. ß.

Sacchari optimi contusi,& bene misceatur. Quotiescumq. igitur quis se purgare voluerit, sumet vel exhauriet dimidium sextarium huius potionis. Reliquum in vase testaceo bene obturato ad vsum seruabit. Alius quidam Medicus hoc medicamentum in syrupum laxatiuum durabiliorem mihi commutauit hoc modo,quem & vobis vtiliorem iudico,

℞. Foliorum Senæ Alexandr. recentium abiectis stipitibus vncias ij.
Rhabarbari optimi drachmas iiij.
Cinnamomi electissimi vnc. iij.
Agarici albissimi leuissimi vnc j.
Cubebar. selectarum drach. j.
Seminum fœniculi.
Anisi, vtriusque drach. ij.
Spicæ Nardi scrupulum vnum.
Zinziberis drach. dimid.
Vini Rhenensis optimi lib 7.

Feruеant omnia lege artis in duplici vase per horas 6. Deinde permaneant in infusione per horas 12. Postea fiat fortis expressio, & colentur per saccum mundum sexies aut septies. Tandem adde sacchari puri & albissimi dissoluti lib. 1 ß. & fiat in modum nectaris,atque detur in vsum.

Dosis potest esse pro adultis ad vnc. quatuor; pro infantibus ad vncias duas. Vna autem vncia huius syrupi sumitur duobus cochlearib. mediocris magnitudinis. Nam in qualibet libra sunt 4. drachmæ laxatiuorum. Parum igitur præstabunt vnciæ quatuor pro vna dosi.

Aliud medicamentum purgatiuum.

℞. Electuarii rosati drach. iij.
Diaprunis laxatiui.
Diaphœniconis ana drach. ij.
Sacchari albissimi drach. viij.
Misceantur & fiat bolus.

Alia

Alia Purgatio.

℞ Mannæ Galab.opt.drach.sex.
Rhabarb. electissimi scrupulos duos.
Spec. hieræ pic.simpl.scrup.dimid.
Aqua Endiuiæ vncias quatuor.
Syrup. de Bugloss. vnciam dimidiam.
Misce diligenter.

Nonnulli etiam iniectione clysterium vtuntur, quæ interdum vitiis intestinorum medentur, quibus purgatio per assumta succurrere non potest. Horum descriptiones ex Medicis sunt petendæ; duas tamen iam præmisi. Hoc vero obseruandum in purgationibus, quod medicamẽ purgans siue apponatur corpori siue bibatur, tepidum esse conueniat; astringẽs vero & repellens, frigidum; digerens vero paulo calidius purgante.

De Vomitu. CAP. XVIII.

FRequens vomitus sanitatis indicium est. Est autem vomitus materiæ contentæ in stomacho per superiora expulsio, & omnium purgationũ saluberrima censetur. Noxios humores ex ipsis fontibus hęc elicit atq. expellit, omnemq. in ventriculi capacitate, eiusque tunicis hærentem illuuiem expurgat. Quamquam autem primum ab inferiorib. reuellit, consecutione tamen caput; reliquumq. corpus leuat. Et ea quæ purgatio non eluit, exstirpat vomitio. Si quis gulæ indulsit, hæc maxime noxæ medetur. In æstate totũ corpus purgat, in hieme phlegma & stomachum. Singulis itaq. mensibus bis vomendũ, idq; duobus continuis diebus. Nam quod prima vice relictũ, id altera eiicitur. Tradit cũ Diodoro Herodotus, Ægyptios & Chaldæos quouis mẽse triduo se vomitu purgare, & clysteribus intestina eluere, sanitatis conseruandæ ergo. Arbitrãtur enim omnes corporis languores ex cibis & aeris mutatione oriri. Quod si

quis nauſeam habet, & tamen vomere non poſſit, obſeruet vomitum excitari infuſione aquæ calidæ, ſalis & butyri vel immiſſione digiti in os. Quia retentio cibi corrupti in ventre eſt valida corporis deſtructio. Ad ciendum facilius vomitum facit ſyrup. acetoſus vel oxymel, ſi aliquo ante vomitionem tempore accipiantur; tum ciendus vomitus tepente aqua, cui ſit admixta particula butyri, vel decocto paulo inferius deſcribendo. Ego quoties conuiuiis amicorum intereſſe, ventriculumque vino, cereuiſia, & variis obſoniorum generibus, plus æquo diſtēdere cogor, aliquanto liberius genio indulgeo, vt eo facilius per vomitum hæc eiicere poſſim. Deinde inſertione digiti in os vomitum prouoco.

Moueatur autem vomitus in locis calidis, vultus, facies, os, oculi, fauces denteſque abluantur aqua, cuius ſupra facta eſt mentio, quę videlicet æquales partes vini, aceti & aquæ roſarum continet. Siniſter pollex cauo manus inſeratur. Sequuntur iam quædam, quibus mouendi ſtomachi vis ineſt. Poterit hoc pacto non inutile vomitorium parari. ℞ Seminum aneti, atriplicis, raphani, ana drachmas iij. aquæ fontanæ libram vnam & dimidiam. Decoquantur omnia ſimul vſque dum maneat libra vna, poſtea coletur. Tepidum exhibeatur. Si vero poſt dimidiam horam non eiicitur, tunc digitus aut penna oleo tincta in fauces demittatur, & ſtatim ſequetur vomitus. Vomitum ſine magna moleſtia prouocat potio dimidiati ſcyphi vini albi, in quo maceratus ſit cortex medianus iuglandis iuxta radicem, ſumendo huius corticis minutim inciſi drachmas duas vel tres, & macerandæ per totam noctem. Bibatur mane poſt cibum, aut paulo ante cibum. Vomitus autem, qui iteratur frequentius quam bis in menſe, eſt noxius. Sed qui fit in die critico cum alleuatione, eſt bonus. In febribus vero peſtilentialibus ſemper malus. Immodi-

modicus autem vomitus, qui vires corporis plane profternit, hoc modo reftringatur: Vomens lauetur & fricetur, ac extremæ corporis partes vinculis violenter cohibeantur, pedibus vero aquæ calidæ immiffis odoramenta frigida adhibeantur. Quod fi vomens cibum denuo eiecerit, cucurbita ori ventriculi applicetur.

De vrinæ excretione. CAP. XIX.

CVM vrina merito inter euacuationis fpecies refeatur, pauca de hac quoque monere decreuimus. Eft enim vrina ferofior pars fanguinis a renibus attracta.

Præftat autem vrinam non fupprimere, fed emittere, quandocunque natura exigit, ita vt etiam vel non ftimulante natura excretionis conatus fit adhibendus. Si enim excretio vrinæ, vltra quam par eft, protrahitur, renum ac veficæ calculi inde procreantur, aliiq. dolores fequuntur. Ipfa enim vefica extenditur, atque vrina fupprimitur; & fic concoctrix facultas propter tenfionem læditur.

Vrinarum infpectio atque cognitio non plane damnanda eft, propterea pauca fubiiciam.

Optima vrina eft in fubftantia mediocris ac quãtitati potionis, quæ affumta eft, proportione refpõdet: matulæ non adhærens, colore fubrufa & fubflaua, auroque non puro fimilis, pro ratione tamen ætatis, fexus, temporis, fedimento albo leui & æquali, fine pilis, bullis, tuberculis & aliis malignis contentis. Alba vrina cruditatis nuntia eft, & concoctricis facultatis debilitatem fignificat. Rubea calorem indicat. Nigra eft mala. Viridis mortem plerumq. defignat. Bulla & integra corona grauedinem, doloremque capitis fignificat.

Sanorum vrina eft clara, permanetque ficut emiffa eft, in qua nulla aut valde exigua hypoftafis cõfpi-

citur,vt in aqua rosacea. Aliquando clara emittitur, & postea subsidit,significatque imperfectam concoctionem. Quæ autem crassa excreta est; talisque persistit, hominem non sanum, sed ægrotum designat. Nonnumquam vrina repente turbida euadit,hoc sanis post exercitationem, ægrotantibus post morbos euenit. Ego cum indulgeo poculis, deprehendo me primum emittere vrinam claram,quę deinde statim subsidit. Si arenulæ albæ vel rubræ, copiosę & crassiusculę,in fundo inueniuntur,lapidem renum aut vesicę minantur. Et caliditatem hepatis & renum indicant. Si quid pingue innatauerit vrinæ quod diu durat,resolutionem totius corporis; sin autem subito & cumulatim appareat, nec diu duret, colliquationem renum denuntiat.

De Sudore. CAP. XX.

SVdoris quoque commoditas est, quod humorem redundantem aqueum frigidumque excoquat, eliciat & consumat;ideo eius prouocatio vtilis & necessaria est,pręsertim in febribus pestilentialibus,vbi noxius humor interiora corporis infestat. Elicitur autem sudor ignitis lapidib. vino perfusis & linteolo inuolutis,arena feruenti, maximeque marina,sole,linteis calefactis atque exercitiis vehementioribus. Optimus autē sudor est,qui per equitationem, venationem & exercitationem corporis iucundam mouetur. Sudorem post exercitium siue frictionem abstergi facite,locaq.frigida fugite, & corpus contegite. Quia a calore ad frigus transitus est periculosus.

Paucis etiam subiungam, quid ex sudore prædici possit. Boni sudores sunt, qui ex toto corpore manant,& qui fiunt in acutis morbis, in diebus decretoriis. Pessimi vero sunt frigidi, & qui tantum circa caput,faciem,& ceruicem oriūtur. Hi in acutis morbis mortem designant, in mitioribus longitudinem ęgritudinis.

De Balneo. CAP. XXI.

BAlnea quoq non immerito inter euacuationum genera recenſentur: ideo hæc ſilentio prꝗterire minime decet. Balnea calida ſiue naturalia, quæ dicuntur Thermæ, in his oris non emergunt, quorum alioquin vſum vobis periti Medici ſuggerent.

Balnea item arte confecta vobis parum conducere reor, eā ob cauſam quod harum regionum aquilonarium incolæ plerumque ex catarrhis, & aſtmate laborent, quibus morborum generibus balnea, ſicut & vnguenta calida fomenta ſuppeditant. Merentur vero laudem balnea ſubfrigida, quibus maiores noſtri vti conſueuerunt. In his membra non pedetentim, ſed vniuerſum corpus ſubmergendum eſſe volunt nonnulli Medici. Quod mihi etiam probatur, ſi modo corpus nō eſt antea exercitatione aliqua calefactum. Hæc enim calidis balneis ſunt ſalubriora vniuerſum corpus firmant, robuſtum reddunt, & condenſant, optimumque ad externa nocumenta arcenda præſidium præſtant: ita vt vix verbis exprimi poſſit, quantum momenti ad ſanitatis cuſtodiam frigida lotio afferre videatur. Qui frigida lauantur etiamſi ſenio propemodum confecti ſunt, corpore tamen conſtanti & compacto & colore florido manent. Pater meus numquam balneis calidis vtebatur, neque calida lotione capitis; cum tamen ſenſibus illæſis; membriſque integris ad ſeptuageſimumtertium ætatis annum peruenerit. Exiſtimabat enim malos humores inde in capite gigni, quod idem & ego expertus ſum. Quicumque autem veſtri vti voluerit balneis, ſiue frigidis ſiue calidis, caueat, ne corpus immodica Venere, vigilia, crapula, fatigatione, inedia, aut aliquo grauiori exercitationis genere ſit debilitatum & exhauſtum: Sed vt priſtina fruatur ſanitate, nec ante confectum magna ex parte in ventriculo cibum, balneum ingrediatur.

Poſt balneum antequam omnis caliditas exſpirarit, frigoris iniuria maxime arceatur, nec ſtatim cibus capiatur, antequam trium horarum ſit interiectum ſpatium, ſicut & a balneis calidis frigida potio eſt perniciosiſſima. Quod ſi autem calidis vti volueritis, imitentur hæc rationem & qualitatem quatuor temporum ſiue partium anni. Nam ſicuti hæc tempora certis qualitatibus diſtinguuntur, ita vt ver ſit humidum & calidum in principio & fine, in medio autem temperatum, æſtas calida & ſicca; autumnus frigidus & ſiccus; hiems vero frigida & humida: Sic itidem in balneis cauendum, ne ſubito a calidis ad frigida deſcendamus, ſed paulatim ab altero ad alterum progrediamur, haſque qualitates pedetentim immutemus Omnes enim repentinæ mutationes naturæ ſunt infenſæ Nam ſimile ſimili gaudet. Hinc extreme calidus vel frigidus aer, aut ſubita ab altero ad alterum mutatio, periculoſa eſt, & noxam imbecillitatemque parit. Sunt qui affirmare non dubitãt, iuxta communem verſiculum:

Sæpe manus, rároq; pedes; caput vero nunquã eſſe lauandum.

Lotiones tamẽ pedum ieiuno, quam pleno ventre, vel hora cœnam proxime præcedente, ſunt ſalubriores. Capitis vero lotio ſingulis anni partibus ſemel inſtituenda eſt, quemadmodum poſtea dicetur. Nũc ſaltem hoc Epigramma obſeruetur:

Balnea, vina Venus, corrumpunt corpora noſtra:
Reſtituunt eadem balnea, vina, Venus.

De Venere. CAP. XXII.

VEneris legitimus & moderatus vſus ad proſperam valetudinem plurimum conducit meatus enim dilatat, mentem ac rationem exhilarat, iram vero & furores mitigat. Ex aduerſo immoderatus multorum malorum eſt occaſio; ſpiritus reſoluit, corpora & animos eneruat, omne robur debilitat,

calo-

calorem innatũ exſtinguit, cerebrum lædit, renes & veſicam corrumpit, ſenectutem & mortem accelerat, vitalemque firmitatem diſſoluit. Et hoc loco generale præceptum repetendum plane eſt, quod in cibo, potu, labore, ſomno & vigilia, denique in Venere mediocritas omnino ſit ſeruanda. Sunt qui dicant minuere quæ nocent eſſe melius, quam cumulare & multiplicare quæ iuuant. Mihi tamen videtur veſci citra ſaturitatem, impigrum eſſe ad laborem, vitale ſemen conſeruare, res eſſe longe ſaluberrimas. Calidis certe & humidis Veneris vſus maxime conuenit, quemadmodum & illis qui pituita laborant. In hieme & vere vtendum eſt Venere a cibo præſertim ſumto. In æſtate vero & autumno abſtinendum. Senes omnino Veneris expertes eſſe decet. Huic enim ætati Venerem vt noxiam, ita inutilem eſſe notius eſſe puto, quã vt me indicare ſit neceſſe.

De inedia. CAP. XXIII.

SEquitur nunc extremum euacuationis genus Inedia: Non autem vobis ciborum vſum per continuos aliquot dies interdico, eo quod hanc intermiſſionem alimentorum, plerumque debilitatio naturæ, & malorum humorum generatio comitetur; ſed interdum per vnius diei ſpatium inediam tolerare, vel nonnunquam prandium aut cœnam intermittere vos volo, quo tenuitate victus & abſtinentia corpora veſtra conſueſcant in bellis, in profectionibus aut venationibus, neceſſitate ita expoſcente labores etiam ſine cibis ſuſtinere. Conducit quoque ad ſanitatem inedia, præſertim iis qui non ſunt bilioſi aut ad choleram procliues, ſed valentibus præditi viribus, repletique crudis humoribus, qui hoc modo per inediam conſumuntur, vt corpus ali poſſit. Satietati enim nimiæ, vel longa quies, vel prolixus ſomnus, vel inedia plerumque mederi ſolet, amiſſaque ſani-

tas, vbi ex redundantia & copia morbus natus, subtractione & paucitate ciborum restituitur. Ideoque addam hoc loco quod Galenus narrat Antonium Imperatorem ventriculi cruditates depellere solitum inedia vnius diei, & hauriendo cyathũ vini, cui aliquantulum piperis inspersit. Nam multi & magni morbi abstinentia & quiete curantur. Sed vt breuiter summam totius rei complectar; inedia tempestiue, & iis, quibus conuenit, adhibita, mirifice prodest; reliquis autem de quibus dixi, plurimum obest. Salomon:

Qui abstinens est, adiiciet vita.

De Retentione. CAP. XXIIII.

EXpedito capitulo de excretione, ordo materiæ iã exigeret, vt de retentione quoq. institueretur oratio: Verum cum contrariorum eadem sit natura, & de euacuatione satis prolixe sit dictum, pauca tantum de illa addam. Retenta excrementa grauant & molestant corpus, & tandem morbos pariunt. Sunt etiam aurium, narium, palati excrementa mature euacuanda. Nunc ad reliqua transeamus.

De perturbationibus seu affectibus animi.
CAP. XXV.

ABsolutis igitur iis quibus corporis sanitatem tueri potestis, etiam ad animi medicinam vobis progrediendum erit. Nam vt animæ perturbationes sequuntur corporum passiones, sicuti videre licet in ebriis, de quibus Horatius inquit,

——— nam corpus onustum
Hesternis vitiis animum quoque prægrauat ipsum,
Atq; affligit humi diuinæ particulam auræ:

Sic contra ex passionibus animę corpus afficitur, perduciturq. ad consensum, vt in amoris, tristitiæq. affectibus manifestum est. Cum igitur corporum & animæ passiones, ita sint coniunctæ, & naturali quodam vincu-

vinculo copulatæ vt fiant causæ plurimarum passionum ad inuicem animum bene compositum ad sanitatem conseruandá plurimum conferre, turbidos autem cōcitatosq. animorum motus, a ratione auersos, sanitatem conuellere & debilitare arbitror Quare vobis o filii in eo potissimum laborandū esse censeo, vt tam animæ, quā corporis perturbationes offensionesq. caueatis, nec modum vlla in rę excedatis.

Mœstitia diurna parit melancholiam, &, vt Salomon inquit, *Spiritus tristis exsiccat ossa, cor lætum exhilarat mentem.* in timore calor omnis & spiritus ad intima cordis penetralia confugiunt; quo fit, vt partes algeant, corpus pallescat, nerui lædantur, viresq. omnes conuellantur.

Ira insaniæ initiū, sanguine circa cor efferuescēte, statum mentis immutat., ita vt ardescant oculi, os tremat, lingua titubet, dentes concrepent vultumque maculet nunc suffusus robur, nunc calor albescens. Præterea ira plerumque effundit calorem natiuum ad exteriora, corporaque inflammat. Ideo tunc ea fiunt rubicundiora, & ad omne patrandum facinus promtiora. Nullis prodest ira, nisi in quibus phlegma redūdat. Præ nimio & insperato gaudio multos exspirasse legimus pusillanimes, dilatato nimirum corde, forasque repente effuso dissipatoque spiritu. Quamobrem cum tanta sit perturbationum animi vis, & affectiones sint naturales cordis motus, ab obiectis sensu perceptis orti, omni ratione eas arcete & corrigite. ne vltra modum contristemini, nimioue gaudio efferamini, nimisve timeatis, confidatis, speretis aut desperetis. Quæ nisi cauentur, subitam in deterius afferunt naturæ vestræ mutationem. Sed in primis viris nobilibus vtraque fortuna, tam aduersa quam secunda ęquo animo est ferenda, & vbi non omnia pro votis cedunt prospere, fortuna industria, & studio promto subleuanda.

Hæc de animi affectionibus, siue symptomatibus monere volui, quæ cum ratione difficulter regi queant, diuini spiritus gratiam in subsidiũ vobis implorandam esse momentote.

Præcepta quædam de dieta singulis diebus seruanda.

CAP. XXVI.

HActenus ordine rectum & legitimum vsum earum rerum, quæ si sinistre adhibentur, corpus nostrum alterant & mutant, naturalemque corporis statum labefactant, persecuti sumus. Nunc præcepta quædam de victus ratione singulis diebus, septimanis, mẽsibus, & annis seruanda trademus, a dieta singulis diebus instituenda exorsi.

Principio e lectis surrecturi, omnia vestra membra extendite. Hac enim ratione spiritus animales ad membra exteriora attrahuntur, cerebrum subtile redditur corpusque corroboratur. Totum vero corpus aliquantisper palmis perfricate, pectus, dorsum & ventrem leniter, fortius autem brachia & tibias vel manibus, aut linteis tepidis. Deinde, caput vnguibus, ab anteriori parte versus posteriorem exercete leniter. Postquam autem leuati fueritis, omni studio ac diligentia caput, ceruicem & pedes a frigore matutino tueri vos volo. In aurora enim & sub vespertinum crepusculum frigus ob radiorum solarium imbecillitatem intensius, ac magis noxium esse, quam circa meridiem, minime est dubium. Induite vestes nitidas & puras, æstiuo tempore prius aqua odorifera supra descripta, hiberno vero ad focũ, non quidem ex fœtidis; sed quercinis aut aliis lignis constructum exsiccatas & vnguentis madefactas. Nã corpora nostra nonnihil ex vestibus afficiuntur, & veluti cibi & potionis vsus vires auget, vitamque tuetur: ita vestes corporis calorem conseruant & frigora

frigore arcent, vsque adeo, vt victus & vestitus paria esse videantur, & in vtroque par diligentia sit præstanda.

In æstate in primis laudo vestes ex pellibus ceruorum & hinnulorum confectas. Ceruus enim est animal longæuum, aduersaturq; venenis & serpentibus. Idcirco ego vestibus huiusmodi per hiemem etiam vtor, ex panno tamen superindutis.

Deinde corpori nō male conuenire iudico vestes sericas, vel bombycinas, vel ex purpura villosa paratas. Ex pellibus autem martium vel lupinis, vel etiā vulpinis confectas, per hiemem maxime congruere arbitror; attamen pestis tempore sericæ & pelliceæ vestes damnantur, quod contagiosum aerem facilime admittant, & diutissime retineant.

Postquam corpus indumentis probe est tectum, capillos capitis eburneo pectine diligenter & moderate pectite, a fronte ceruicem versus, quadragies pectine ducto. Deinde omnia sensuum instrumenta, vt oculos, aures, nares, os, linguam, dentes, totamq; faciem frigida abluite. Oculos autem non tantum lauate, sed apertos aquæ gelidę plane immergite, sordesque palpebris inhærentes inde remouete. Nonnunquam etiam aqua rosacea vel fœniculi irrorate, ceruicem panno asperiore perfricate. Hæc enim totum corpus confirmant, animū alacriorem reddūt, & visum conseruant. Placuit hoc loco adiicere nonnulla dentifricia: quæ non solum dentes dealbant, sed etiam conseruant, nec non medicamenta quædam visum confortantia.

Puluis ad conseruandam albedinem dentium.

℞ Putamina trium ouorum.
Corallorum rubeorum drach. tres.
Fili serici albi in olla noua ad cinerem exusti, drach. duas.

gescat. Tunc addas myrrham & mastichen, & postea in vase vitreo ad vsum seruabis. Hoc dentifricio si mane dentes fricantur cum linteolo grosso, mirum in modum dealbantur & confortantur.

Alius puluis dentifricius.

℞. Corallorum alborum & rubrorum ana vnciam vnam.
Pyrethri,
Maceris,
Mastiches singul. vnc. j.
Pumicis.
Boli armeni ana vnc. j.
Fiat demum puluis subtilissimus.

Aliud ad dealbandos dentes.

℞ Corallorum rubeorum.
Aluminis sing. drach. ij.
Cornu ceruini adusti.
Santali citrini.
Sanguinis draconis sing. scrup. 4.
Margaritarum drachmam dimidiam.
Spumæ maris drachmas tres,
Musci grana tria.
Camphoræ grana quinque.

Fiat deinde puluis subtilissimus, quo fricentur dẽtes, aut in pilulas formetur cum syrupo aliquo, aut melle rosaceo.

Medicamentum confortans visum.

Accipe margaritas, quas in tenuissimas particulas contusas excola per linteum cum aqua rosarum: deinde aquæ istius aliquot guttas pluma oculis instilla. Quidam pro margaritis vtuntur sacchare optimo cum aqua rosacea. At ego margaritarum vsum meliorem esse iudico.

Hæc sequentia prosunt magis oculis, si tueamini eos a puluere, fumo, aere excedentẽ in caliditate &

frigiditate, a ventis fortibus, nec visum intendatis acutius, inspiciendis reb subtilioribus & tenuibus, sed vitetis multitudinem coitus, & repletionem cibi & potus; neque statim a prandio vel a cœna dormiatis; atque, vt supra dictum est, oculos aquæ claræ immergatis. Quamquam sequentia medicamenta mihi etiam valde probentur.

℞. Aquarum verbenæ,
Betonicæ,
Fœniculi ana vnc. vnam & dimid.
Vini albi vnc vnam.
Tuthiæ præparatæ drach. vnam.
Sacchari cand drach. duas.
Aloes Epaticæ drach. vnam.
Lactis mulieris drach. ij.
Camphoræ scrupulum dimid.

Pulverisanda pulverisentur, & 24. horis in infusione permaneant; deinde colentur, & colatura oculi clausi abluantur.

Aliud Collyrium præstantissimum contra omnis generis passiones oculorum.

℞ Fœniculi, absinthii, apii, rutæ, *Schein Wurtz*, vna cum radicibus. Item Euphrasiæ, saluiæ, betonicæ, auripigmenti, gnidii, pimpinellæ, cardobenedicti, sing. partes æquales. Hæc omnia simul in mortario contusa misce, ac vrinam pueri infunde. Deinde ℞. 14. gra piperis contusi, & cochlearia duo mellis ex apibus, camphoræ drach. vnam. Hæc omnia simul in mortario contusa, per linteum exprime, & colaturam seu succum in vitreo vase conserua, ac inde singulis diebus vesperi & mane guttam vnam in oculum patientis instilla Animaduertendum tamen est quod hæc aqua per spatium nouem dierum Soli est exponenda & distillanda, antequam in vsum transferatur.

Super-

Superfluitates omnes amouete, tam per vrinam quam ventrem, quem ad minus ſemel ſingulis diebus deiicite. Ex naribus & pulmone ſordes per excretionem & ſputum excernite, & in facie, capite, corpore toto ac veſtitu ornatum & munditiem diligite. Nam in ipſis cunis immunditiem horremus ſuadēte iam tum natura, cum nondum ratio valet.

His peractis precationes veſtras clara ad Deum voce effundere mementote, vt is dies vobis felix fauſtusq. illuceſcat, vtq. Deus actiones veſtras dirigat, ad nominis ſui gloriam, patriæ vtilitatem, & corporum veſtrorum conſeruationem.

Deinde molliter inambulate, & quicquid eſt excrementorum ad inferiora delabatur, & calore naturali excitato, melius ſuccedat excretio.

Negotia ſiue publica ſiue priuata cum honeſtate quadam tractate, & poſtea profectiones venationeſque perficite.

Horas antemeridianas omnes, & ex pomeridianis tres aut quatuor, quæ cœnam proxime præcedunt, ſtudiis & negotiis ſeriis attribuite. Semper in manibus verſate vel corallos, vel ſuccinos, vel chalcedonios orbiculos odoriferos, aut lapides pretioſos. In annulari ſiniſtræ manus digito, annulos ſmaragdo, ſapphiro aut draconite ornatos geſtate. In lapidibus enim, ſicut & in herbis, magna virtus eſt & efficacia, ſed nobis non penitus perſpecta. In ore vel hyacinthum, vel cryſtallum aut granatum, vel aurum & argentum puriſſimum, aut ſaccharum candidiſſimum interdum tenete. Affirmat Ariſtoteles & Albertus Magnus, quod ſmaragdus collo adalligatus, epilepſiam impediat. Magna quidem eſt herbis virtus, ſed maxima gemmis, quas veriſimile eſt occultis quibuſdam virtutibus eſſe præditas.

Bis de die tantum comedite, cum virilē eritis nacti ætatem, his tamen qui choleræ obnoxii ſunt, ſæ·

pius cibum capere licet. Prandium & cœnam semper a cibis liquidioribus, numquam a potu incipite.

Medio tempore inter prandiũ & cœnam a poculis prorsus abstinete, nisi vel ratio necessitatis, vel cõsuetudinis id requirat; quarum tamen posterior cõsuetudo vitiosa, & paulatim mutanda est.

Nolo vos certã & statutam prandii aut cœnæ horam obseruare, quemadmodum superius abunde satis dictum est, ne consuetudo diuturna in naturę habitum transeat, posteaquam huius consuetudinis intermissionem naturæ læsio consequatur. Imitatur enim naturam consuetudo, & quod consuetum est, id ipsum iam naturale euadit.

Tempore æstiuo in frigidis, hiberno autem locis calidis ad focum luculentum cibum sumite, cœnaculis prius suffumigationibus purgatis, quæ non ante ingrediamini, quã suffitus plane fuerint exstincti, ne pro odore fumum attrahatis.

Cum non omnibus vna eademq. victus ratio promiscue congruat, ordine quo supra dictum est, cibos capite. Nonnumquam etiam per integrum diem ciborum vsum intermittite, quia per inediam vitia stomachi in crapula aliove accidenti concepta depellũtur. Hac quoq. ratione corpora vestra famem & inediam in profectionib. & bellis tolerare consuescunt.

Cœnam prandio largiorem & vberiorem ob tẽporis intercepti longitudinem adhibete, nisi morbis nocturnis, aut destillationibus affligimini.

A cibo sumto, neque corpore, neque animo laborate, faciem & os aqua frigida abluite. Dentes raso ebore aut cornu ceruino, & puro argento, aut auro expurgate. Post epulas vnam atque alteram horam iucundis confabulationibus, aut mollibus deambulationibus tribuite. Vigilias in multam noctem non extendite, sed elapso duarum horarum spatio, cubitum discedite. Quod si vero honesta negotia vigilãdi ne-

di necessitatem vobis attulerint; tum vicissim eo diutius somno indulgete, vt vigilia somni diuturnitate compensetur.

Antequam vos cubitum cōferatis, caput, brachia, dorsum,& totum corpus leni frictione manuumque palpitatione a pueris vestris demulceri vobis curate: nisi ista mane fieri quis malit ad distributionem promouendam,cuius tempus est matutinum.

Hieme ad focum sedētes vestes exsuite.pedes ante focum siccate, fumo tamen & calore vitato, qui pulmoni & oculis maxime obest.

Hiberno etiam tempore lectum, linteamenta & stragulam pelui ignito exsiccari facite. Calore enim externo fouetur interior, concoctioque adiuuatur, præterea & humiditas omnis absumitur. Cæterum pater meus hanc consuetudinem improbabat, monens virum fortem, & ad res gerendas natum, non esse assuefaciendum ad huiusmodi mollitiem, quæ corpora nostra eneruaret.

Reliquis tegumentis corporis exsutis,tunicam talarem lupinis pellibus subductam corpori circumdate. Id enim pellium genus, præterquam quod animalcula noxia nulla recipit, vt pulices, pediculos & eius generis alia, maxime calorem cōseruat & fouet. Ideoq huius vsus maxime in bellis, itineribus & venationibus vobis conueniet,& interdum in defectū lectorum poteritis vti Quoties igitur hac veste talari sumta cubitum contenditis, omnes cogitationes vestras grauiores,tam de rebus publicis quam priuatis deponite. Nam cum membra omnibus curis vacua libere somno resoluuntur,cōcoctiones, reliquæque actiones naturales melius perficiuntur.

Mane vero surrecturi vna cum vestibus,cogitationes & curas pridianas resumite. Hoc præceptum pater meus frequenter in ore habebat, ideoque tanto maiore dignum obseruatione vobis trado.

Antequam somnus vos opprimat, Deum ardentibus vocibus inuocate, vt vobis felicem & faustā concedat noctem, aduersus malorum spirituum insidias ac vim vos protegat ac defendat, largiaturq. vt naturalibus actionibus perfectis integra mentis corporisq sanitas conseruetur. Singulis noctibus ad minus semel vrina emittatur, quæ matula excepta foras proiiciatur. Quæ autem circa exortum Solis redditur, vitro est excipiēda, ex cujus inspectione de statu corporum vestrorum coniecturam facere poteritis.

De nocte hianti ore dormite, corpus pro qualitate aeris probe tegite. Caput aduersus frigus linteo munite inuolucro, in cuius summitate sit foramen, per quod vapores exhalare queant. Nimia aūt coopertura caput debilitat resoluendo, vel replet attrahendo.

In dextro latere somnus auspicandus, in sinistro perficiendus. Resupinus autem decubitus semper cauendus est. Nam hominem mortuum repræsentat & morbos periculosos generat.

Ab instituto nostro non alienum quoq esse videtur, vt his adiiciatur, qualis humor in corporibus nostris tam nocte quam die sibi dominium vindicat, vt eo modo de accidentibus causisque morborū iudicium facile fieri queat. Nam dominatur singulis sex horis proprius humor. Sanguis a nona noctis vsque ad tertiam diei. Flaua bilis siue cholera dominatur a tertia vsq. ad nonam diei artificialis. Atra bilis siue melancholia, a nona diei vsq. ad tertiā noctis; a tertia noctis vsq. ad nonam noctis phlegma. Ita vt fere nocte phlegma & atra bilis, die autē sanguis & cholera dominentur. Crescit autem sanguis in vere cholera rubea in æstate, nigra in autumno, phlegma in hieme. Hæc ideo monere volui, vt si quis vestrum in morbum incidat, cognita morbi hora & humore in principio morbi dominante, eo facilius remedia quærere possit.

Cum

Cum dies critici in ægrotis ac vulneratis magnas sæpe mutationes ac præsagia de vita ac morte ostendant, illos etiam vobis annotare libuit.

Est autem dies criticus, in quo fit vehemens in morbis, in salutem, vel ad mortem mutatio. Et fit plerumque crisis a morbi initio die 7.14.21.28. secundum tamẽ Lunæ celeritatem aut tarditatem, & dies 4.11.17.24. a morbi initio plerumque iudicant de sequenti crisi, an bona vel mala sit futura.

Diebus autem criticis corpora vestra medicinis purgantibus aut acribus non grauate, nec sanguinis fluxum, sudorem aut aluum cohibere.

Nonnulli etiam obseruant dies Ægyptiacos ab Ægyptiis inuentos, opinantes quod qui in his ægrotare incipiant, vix aut nunquam euadant: quod mihi tamen non verisimile videtur. Ego nihilominus, cum Beda eorum mentionem faciat, eos subiicere volui. Sunt igitur hi: 1. & 7. Ianuarii, 1. & 4. Februar. 1 & 4 Martii, 10. & 5. Aprilis, 3. & 7. Maii, 10. & 15. Iunii, 10 & 13. Iulii, 1. & 2. Augusti, 3. & 10 Septembris, 3. & 10. Octobris, 3. & 5. Nouembris, 7. & 10. Decembris.

De diæta singulis septimanis instituenda.

CAP. XXVII.

CVM iam ostensum sit, quid singulis diebus sit agendum, reliquum est, vt ad septimanas conuertatur sermo. Postquam igitur ad virilem progressi fueritis ætatẽ, non inutile fuerit singulis septimanis semel vti Theriaca Andromachi ad nucis auellanæ magnitudinem, aut Mithridato quæ ego ex Belgico, quæ Venetiis deferuntur ad nos transmitti curo. Nã non sine insigni valetudinis meæ cõmodo a teneris annis Theriacæ vsu delectatus sum. Nonnunquam etiam proderit sumere compositionẽ Antidoti quod

in duabus libris & quatuor vnciis aquæ vitæ sexies destillatæ, atq. hæc leniter destilla simul. Cum nuper hanc aquam vitæ componerem, integram vini amphoram & sex congios ad hanc sumsi, sexiesque destillare feci; cumque inde demerem tantum quãtum reliquorum pondus esset, vix dimidius vini sublimati sextarius superfuit. Hoc vino sublimato M. Gallus Caroli V. Imperatoris Medicus vsus, vixit annos 129. Est autem calidissimum. Simplicia peracta destillatione possunt stomacho etiam admoueri vel imponi. Hoc vinum singulis septimanis sumatur mensura ad quantitatem auellanæ. Agit in naturas ob tenuitatem, vimq. illam impartitur spiritibus colliquat ob caliditatem vehementẽ, nec tamẽ membra calefacit ob substantiæ raritatem. Hoc vino sublimato etiam manus & cutem poteritis imbuere.

Medicamentum quo vsus est D. Hieronymus Brunswick Medicus & Pharmacopola Argentinensis per omnem vitam suam, quam Deo adiuuante ad CX. annos illæsa valetudine produxit.

℞ Cinnamomi, zinziberis, ana sesquiunciam.
Nucis myristicæ, caryophyllorum, piperis longi,
Maceris, galangæ, ana drachmam vnam.
Diptami, zedoariæ, calami aromatici,
Pimpinellæ, Angelicæ ana sesqui drachmam, nucum vomicæ drachmam vnam.
Rhabarbari semiunciam.
Rhapontici drach. duas.
Croci drachmam dimidiam.

Pulueriſentur subtilissime, & abdatur sacchari libra vna & vnciæ pars, sed ita vt decoquatur saccharum secundũ artem, & fiat confectio in tabulis. Cerebrum & memoriam confortat, vertiginem prauasque melancholias tollit, sanguinem purificat & mũdat, cor roborat, cibi potusque appetitum generat,

ſedes medicas,naturæq commodas prouocat, tuſſi- culoſis & phthiſicis mire confert. Apoſtemata calida & pectoris vlcera ſanat, cordis diſtrictionem diſſoluit, omnibus aliis membris prodeſt,eaq. confortat.

Mane & veſperi quantitate maiuſculæ nucis ſumtum aduerſus multos noxios & incognitos morbos præmunit vtentem, & præcipue ab acidis ructibus, quod eſt in multis expertum præſeruat.

Et quamuis hoc medicamẽtum ex optimis compoſitum eſt ſimplicibus: tamen quoniam ſaporis eſt amari (a quo natura mea valde abhorret) rarius hoc vtor. Omne enim id quod a natura alicuius abhorret,id eidem inimicum atque minus conueniẽs eſſe arbitror. Quod tamẽ de homine ſano intelligi volo.

Ex his vero quæ vires augent & prçſeruant ab imminente ſenio eſt Iulepus de vino & ſaccharo, vbi in tribus vini libris ponãtur duę libræ ſacchari & fiat ſyrupus, recipiaturque cum pura aqua. Nam vicem cibi ac potus gerit, cum in eo ſint amica & accepta naturæ.

Electuarium cordis Petri Aponenſis.

Hoc Electuarium conſeruat totam naturam, & eam reddit hilarem, aufert laſſitudinem membrorum principalium, ſubuenit triſtibus, & melãcholicis, iuuat paralyticos.

℞. Corallor. rub. macis, oſſis de corde cerui, ambræ, margaritarum, cryſtalli, auri cocti, argenti meri, oſſis eboris, ſapphiri, rubini, hyacinthi, ana drachmas quinque. Balſami drachmas duas, muſci drachmam dimidiam, anthos, ſpodii, ſantalorum, caryophyll. galangæ, calamitæ, aromatum cubebarum, ſpicæ nardi, corticum phyſticorum, ſeminis Baſiliconis, cardamomi, piperis longi; baccarum lauri, pyrethri ana drachmas tres; ſtyracis calamitæ, magnetis, myrrhæ electæ, opii Thebaici ana drach. vnã, ſe. pæoniæ collectæ in nouiſſima ætate Lunæ, flor. camom. florum lili-

lilifagi,sampsuchi,balsamitę,ameos,aristolochię,anthos ana drach tres, croci orientalis drachmam dimid. ligni aloes. papaueris albi ana drachmas duas, sacchari quod sufficit. Dosis a II. vsque ad III. cum vino calido.

Restaurativum.

℞. Conseruæ rosarum vnc. vnam.
Boraginis.
Violarum ana vnc. dimidiam.
Radicum cichor conditar.
Citrinati conditi ana drach. tres.
Spec. Diarrhod abb. scrup duos.
Diambr. drachmam dimid.
Spodii vel spicæ Indæ.
Corallo. rub præparat.
Margarit. præparat ana scrup. vnum cum syrupo secretoso citri condit.

Moneo autem ne prædictis medicamentis simul aut semper, sed per vices, hac septimana hoc altera alio vtamini. Varietas enim præterquam quod delectat, efficit, ne frequens & crebra consuetudo in naturam transeat.

Sed cum patri meo & mihi nonnunquam saliua nocturno tempore ex ore fluere soleat, & vos etiam huic morbo obnoxios fore metuam nõnulla remedia contra hanc passionem annotare libuit.

Sin saliua fluat propter calorem dissoluentem, curetur phlebotomia, abstinentia & vsu ciborum stipticorum: Si fluat propter multitudinem phlegmatis, quod ego arbitror, curetur abstinentia, & digeratur materia cum hyssopo bullito in oxymel, & purgetur cum hiera picra, friceturque lingua & os cum saluia & aurea Alexandrina & reliqua quæ desiccant corpus, applicentur.

Singulis septimanis præscindãtur vngues, tam a digitis pedum quam manuum; pedes etiam semel la-

uentur pro qualitate aeris,in calida vel frigida aqua in quam iniiciantur chamæmelum, hyſſopus,lauendula,&c. Et poſt lotionem aceto & ſale fricentur. In hieme vero ad ignem exſiccentur. Intelligatur autē hoc de illis quibus lotio cōuenit. Nam multis, vtpote catarrhoſis, in quibus pituita excedit, plus detrimenti quam commodi affert.

De Diata ſingulis menſibus ſeruanda.

CAP. XXVIII.

ABſolutis iam diebus & ſeptimanis, vt de mēſibus quoque pauca tractemus,ordinis ratio poſtulare videtur. Singulis menſibus ſecundum præſcriptum Hippocratis & Auicennæ, bis eſt vomitus adhibendus,idque duobus continuis diebus; quod tamen ego non obſeruo Superfluitates enim quæ ex nimia cibi & potus ingeſtione generantur, & alioqui propter immoderatum victum, in his frigidis regionibus ſunt frequentes & copioſæ, per vomitū rurſum educuntur. Propterea cum vos crapula onerati fueritis, vomitus remedio nimiam repletionem ſubleuandam eſſe mementote. Quod ad me attinet,quoties modum in cibo & potu exceſſi,bis ſingulis menſibus vomere conſueui, interiecto tamen inter ſingulas vices aliquo dierum ſpatio ſeu interuallo, ita, vt quod prima vice relictū eſt,altera eiiciatur. A vomitu oculi,denteſq.aceto & vino,vel vino auſtero ſiue aqua roſacea,ſiue ea quæ ſupra deſcripta eſt, eluantur. Æſtiuis mēſibus aqua frigida corpus lauetur.

De quatuor anni temporibus.

CAP. XXIX.

ANnus a veteribus in quatuor eſt digeſtus tempora,hanc (vt opinor) ob cauſſam,quod a ſole cęteriſque ſtellis ea in alias atque alias qualitates pedetentim permutentur, quemadmodum Ver in principio

cipio in humidam, in medio in temperatam, in fine vero in calidam; æstas in calidā & siccam; autumnus in siccam & frigidam, hiems vero in frigidam & humidam qualitatem conuertitur. Singulis enim fere diebus ac noctibus sentimus quatuor anni qualitates, mane frigiditatem & humiditatē, ante meridiem temperaturam aliquam, post meridiem caliditatem & siccitatem; vesperi vero siccitatem & frigiditatem, idque minus & magis secundum anni tempora Primum igitur singularum anni partium mutationes enumerabo; deinde, quæ victus ratio in singulis sit instituenda, breuiter docebo.

DE VERE.

Ver præbet flores, calidum ver feruet & humet.

CAP. XXX.

VER incipit, quando sol ingreditur signum Arietis, quod fere fit decima die Martii. Et eo tempore dies æquantur, frigora hiberna minuuntur, terræ pori iamdudum clausi & frigore constricti aperiuntur, dissoluuntur calore niues, humiditates ad arborum summitates extolluntur, radices & herbæ latētes in terra producuntur, virent prata, & variis colorum picturis ad certamen vsque luxuriant, induuntur nouis floribus arbores, lasciuiunt pecudes, generantur animalia, suauiter modulantur volucres, resonant philomelæ, denique omnis terræ superficies amissum frigore decus & ornamentum, cunctaque animantia vires pristinas recuperant.

Ineunte igitur vere minus comedere, plus vero bibere, paulatim ab assis ad elixa progredi, oleribusq. paucis vti. in primis autem carnibus vitulinis & hædorum vesci, atque a crebris & longis ieiuniis abstinere expedit. Et quia ver est temperatum & saluberrimum, moderatissima quoque victus ratio tunc est suscipienda, vt in temperato sanitatis studio corpus retineatur.

Tempore verno sanguinem mittere, qui humor tunc dominatur, purgationesq. adhibere conuenit, ea tamen lege & conditione vti supra scriptum est. Cum autem ver in principio & fine nonnihil in humiditate & caliditate excedat, hæc quoque obseruatio, vt circa victus vitæq. rationem non inutilis, haud est negligenda.

DE ÆSTATE.

Æstas sicca calet, formosa est messibus æstas.

CAP. XXXI.

ÆStas incipit quando Sol ingreditur primū gradum Cancri, quod fit fere 12. Iunii. Et hoc tēpore dies longiores noctibus efficiuntur, calores intenduntur, venti leniter agitantur, maria conquiescūt, fructus & flores ad maturitatem perducuntur, aues canore maximo resonant, apes mellificantes floribus variis reficiuntur, nascuntur serpentes, & funduntur venena.

In æstate cibis magis demendū, potioni adiiciendum, cibis nō vtendum nisi elixis ac frigidis; vt a calore & siccitate corpus vindicetur, vnice enitendum. Tunc potus vester sit cereuisia actu & qualitate frigida, nec tamen frigus adeo sit intensum, vt corpus inde alteretur.

Æstiuo tempore dominatur flaua bilis. Itaq tunc omnis purgatio, sanguinisq. missio cauenda est, in diebus præsertim canicularibus: vulnerum etiam curatio tum est difficilis & periculosa.

Æstate induere oportet vestes oleo imbutas. Item lente ambulare, nisi per æstus iter sit faciendum. Cū autem æstas sit calida & sicca, ad humida & frigida tunc est declinandum.

DE AVTVMNO.

Musta dat autumnus, & morbos siccat, & alget.

CAP. XXXII.

Autumnus

AVtumnus incipit, quando Sol ingreditur primum gradum Libræ, quod fit fere 15. die Septembris. In hoc tempore dies & noctes æqua vice labuntur, noctes etiam crescunt, dies decrescunt, mutantur tempora, aer frigescit, venti commouentur Septentrionales, flumina crescunt, fontes diminuuntur, folia arborum marcescunt, destituuntur arbores fructibus, demetuntur & percipiuntur ex agris fruges, facies terræ pulcritudinem suam amittit, volatilia in calidas regiones se recipiunt, animalia suas appetunt cauernas, serpentes foueas faciunt. Per autumnum cibo paulo pleniore ac ficciore vtendum, minus quidem sed meracius bibendum, fugiendumq. frigus matutinum & vespertinum, cum illud tēpus propter cœli varietatem & intemperiem prorsus in frigore & calore sit inæquale. Veneris in primis vsus tunc fugiendus: Nam corpora eo tempore modo frigore, modo calore intemperato afficiuntur, ideoque merito perhibent autumnum mortalibus esse lethiferum.

Fructus omnes sunt cauendi, ne malus succus ad aeris intemperiem accedens, totum corpus corrumpat. Dominatur enim tunc atra bilis & cholera nigra Estq̄ue autumnus frigidus & siccus; quare ad calida & humida tunc est declinandum.

De Hieme. CAP. XXXIII.

Friget & humet hiems, glacie & niue flumina stringit.

HIems incipit quādo Sol ingreditur primum gradum signi Capricorni, quod plerumque fit 12. Decembris. Tempore brumali noctes producuntur, dies abrumpuntur, inualescunt frigora, exasperātur venti, niues & aquarum inundationes subito oriuntur, terra glaciali frigore constringitur, cadunt arborum folia, maior pars animalium in ventre terræ & cauernis montium præ nimio frigore & humiditate

latet, obscuratur aer, tremescunt pecora & iumenta, debilitantur virtutes corporum.

Hieme quidem quamplurima comedere, quampaucissima bibere, & fortiter se exercere conducit. Virtus enim ventriculi tunc fortiter & ad coquendum aptior est. Vtendum vino quam meracissimo, cibis calefacientibus & exsiccantibus, carnibus & piscibus assatis, oleribus autem quam paucissimis. Potus vester hiberno tempore sit tepidus.

Frigus matutinum ac vespertinum summa diligentia cauete, ac in primis a capite, ceruice ac pedib. arcete. Hieme celeriter ambulare prodest, tum currere, tum luctari. Exercitium quoque corporis tunc vtile est, quemadmodum & moderatus licitusq. Veneris vsus nullam corporibus noxiam infert.

Hiems quoniam frigida & humida est, ad contraria quoque declinandum nobis esse monet. Pituita enim hieme augetur.

De anno in genere.

CAP. XXXIV.

EXpeditis iam quatuor anni temporibus, pauca in genere de anno dicemus.

Quoties singulis annis dies vester natalitius recurrit, moneo vt illum cum amicis & propinquis iucunde & hilariter celebretis, Deoque trino & vni gratias agatis, quod mentis corporisq. vestri sanitatem per decursum hactenus vitæ spatiū benigne seruauerit. Deinde intimis animi viribus id conniti vos volo, ne nobile vestrum corpus ad deteriora delabatur. Singul.s quoque annis directiones, profectiones, themata & figuras reuolutionum diligenter inspicite. De multis enim rebus inde coniectura fieri potest.

Cum ad naturam & grandæuam prouecti fueritis ætatem, labores tam animi quam corporis immoderatos

ratos fugite Lacte humano ac caprino, nec non sanguine suum vestrum senium fouete.

Versamini cum fortunatis ac iuuenibus. Ex bonis enim naturis, tamquam ex bono vicino aliquid boni deriuatur.

Mementote familiaritates inire eorum quibus gratiæ cœlestes affluunt. Quod ex bonis animi, corporis & fortunæ cognoscetis. Sicut enim odor ex musco, sic ex bono vicino, boni nonnihil exhalat in proximum ac perseuerat infusum. Denique effrenatos, impudentes, infelices ac malignos procul fugite, contraria vero ratione consuetudinem frequentē, continuumq. commercium, felicium excellentiumque hominum amate.

Singulis annis lauandum est corpus in aqua frigida, vt supra dictum est, præcipue tamen æstiuo tempore, cauendumq ne id fiat ab exercitatione magna, & ne aqua auditus meatus ingrediatur. Nam iis solis aquæ frigidæ lotio noxia est Prodest etiam singulis annis caput ter, aut ad summum quater frigida lauare; & propterea hoc loco rationem lauandi caput frigida annectemus.

Et primum quidem lauetur lixiuio tepido, vel leuiter calido. Inde aqua frigida fontana vel putealis ex alto magis quam prope capiti instilletur, paulo post vero copiosior superfundatur ad quantitatem trium aut quatuor sextariorum, prout quisque perferre poterit.

Deinde caput linteolis frigidioribus siccetur Quāuis autem hæc lotio repentina horrorem incutiat non leuem, videaturque homo totus corrigescere, multa tamen & magna commoda adfert. Coacto enim intus calore concoquuntur cruda excrementa digeruntur, spiritus tēperantur. Et hæc lotio caluitiū nondum præsens & canos retardat, caput & sensus nuat, & ad omnes motus promtiores reddit, Similia

tardiſſimus, & tot annis fere quot diebus Luna in vno ſigno commoratur. hos climactericos & periculoſos annos efficit, ac mutationes atque alterationes varias cauſatur. Vnde fit, quod ſeptimo anno elabuntur & renaſcuntur pueris dentes: decimo quarto accedit pubertas. Et quando completa fuerit ſeptem annorum hebdomada, id eſt, ſepties ſeptem anni, hoc eſt, anno quadrageſimono, iam matureſcit in homine prudentia, & fit ætas perfecta. Cum vero ad decadas ſeptenas, id eſt, ad 70. annum fuerit peruentum, tunc meta viuendi eſt peracta. Et videmus plures præſtantes viros annis climactericis eſſe exſtinctos, vt Orphea, Ariſtotelem, Ciceronem, Demoſthenem, Scipionem Africanum, noſtraque memoria Fridericum I. & Chriſtianum II. Reges Daniæ.

Fuit quoque ſeptimus annus diuina inſtitutione Sabbatarius, quo nec agros aut vineas colere, nec culturam terræ exercere licebat, inſtitutus ad memoriam quietis diuinæ. Quemadmodum & quinquageſimus quiſque annus dicebatur Iubilæus, poſt ſeptem annorum hebdomadas circumactas, id eſt, poſt quadrageſimum nonum, qui eſt Climactericus hebdomaticus, & continet ſeptem hebdomadas.

Faciunt quoque mentionem annorum Climactericorum Philo Iudæus, & D. Auguſtinus item Cenſorius & Gellius. Ciceronem etiam annos Climactericos obſeruaſſe, inde conſtat, quod in Somnio Scipionis ait: Cum ætas tua ſeptenos octies Solis anfractus, reditusq. conuerterit: duoque hi numeri, quorum vterque plenus, alter altera de cauſa habetur, circuitu naturali ſummam tibi fatalem confecerint, &c. Hic fuit annus climactericus Scipionis quinquageſimusſextus. Et paulo poſt eodem loco Cicero ait: Septimum numerum rerũ omnium fere nodũ

esse. Sic & Hippocrates ætatem hominis septenario dierum numero constare ait.

Annus quartus est etiam consideratione dignus, quoniam medium in septenario tenet: item Nouenarius. Et habent hi anni rationes, quemadmodum apud Medicos dies decretorii & indicatiui. Dicunt enim Medici quartum a principio morbi indicẽ esse septimi. Hæc obseruatio non est aspernanda. Scribit enim Augustus Imperator ad filium: Lætare mecum fili, transgressus enim sum omnibus senibus periculosum annum sexagesimum tertium. In hoc enim septenarius & nouenarius concurrunt, & propterea senibus plerumque est fatalis. Estque annus Climactericus aut etiam enneaticus, quemadmodũ & annus quinquagesimus sextus est Climactericus, quamuis hic non ita vt superior senibus extimescendus. In hunc enim septenarius & quaternarius tantum coincidunt.

Ego arbitror, vti septimo aut nono mense nati iustam vitæ perfectionem obtinent: ita contingere quoque vt vita plurimorũ hominum (diuinæ tamen maiestatis salua prouidentia, & rerum omnium ad libitum gubernatione) ad Climactericos vsque annos in quibus septenarius nouenariusq. numerus in sese quasi in cyclum recurrunt, producatur, ibiq absoluatur & finiatur. Cui non absimile & illud est, quod egomet multorum hominum obitũ compertum habeo, quod graui & periculoso morbo decumbentes, vt plurimum animam reddere soleant, Luna in gradu ascendente, vel media cœli domo exsistẽte, raro in quarta vel septima domo, numquam fere in reliquis, quod & a me & ab aliis multoties est obseruatum.

Annus quinquagesimus sextus in nocturnis genituris propter frigiditatem Saturni duplicatam, & sexagesimus tertius in diurnis ob siccitatẽ Mercurii

& Veneris

& Veneris, vtroque subscribente, iam ætate frigida & siccâ maxime periculosi sunt, secundum Cardanum. Quotiescumque igitur huiusmodi anni Climacterici vel Enneatici instant, vel nonnulla signa futuri morbi apparent; vt sunt lassitudines spontaneæ membrorum, tormina genuum, lumborum dolor, tenebrositas oculorũ, grauitas superciliorũ, tinnitus aurium, cibi fastidium, sudor multus in somno, sine aliqua manifesta caussa, oscitationes & pãdiculationes insolentes; item consuetarũ excretionum suppressio, vel immodica euacuatio; tunc Deum immortalem precibus ardentibus inuocate, Astrologos & Medicos peritos consulite, prudentiam in omnibus actionibus adhibete, temperantiam in cibo & potu, & rebus ad vitam necessariis exercete. Oratione enim ad Deum sideralis doctrinæ cognitione ac euẽtuum quorundam præuisione, medicamentorum conuenientium vsu ac in rebus gerendis prudentia & circumspectione, multi graues casus euitantur, ac sæpe determinatus nostræ vitæ finis prorogatur. Sũt autem anni Climacterici, 7. 14. 21. 28. 35 42, 49. 56. 63. 70. 77. 84. 91. 98. Enneatici hi, 9. 18 27. 36. 45. 54. 63. 72. 81. 90 99.

De ratione victus in itineribus ac profectionibus probe instituenda. CAP. XXXVI.

POstquã nunc de victus ratione singulis anni temporibus instituenda, pauca egerimus, reliquum est, vt de itinerantium diæta verba faciamus. Si igitur o filii, exteræ & longinquæ regiones vobis adeũdæ fuerint, mementote primo lente ingrediendum esse, deinde festinantius properandum: in fine autem moderatius. Id & nostris corporibus & iumentis prodest.

Aluus vester sit laxus, quod effici potest, si syrupus acetosus, aut oxymel simplex, aut ouum melle

mane ſumatur. Pauxillulum Rhabarbari cum Saccharo roſaceo etiam vim laxandi habet. Idem præſtat ſerum lactis, trium aut quatuor heminarum menſura cum ſale & melle ſumta. Quemadmodum & puluis Enulæ Campanæ & cinnamomi. Non improbo quoque ſuppoſitorium ex lardo fumo indurato. Aut quatuor ficus, vel etiam ſuppoſitoria ex melle & ſale compoſita, quæ vbi ventriculus non ſuſtinet medicamenta per os ſumta, aluum deiiciunt.

Si quis forte in itinere equo præcipitatus interiores corporis partes læſerit, vtatur Ambra, id eſt, *walradt*, in iuſculo cereuiſiario calefacto mane ſurrecturus, vel veſperi diſceſſurus cubitum, ad quantitatem nucis auellanæ. Sequens etiam, vnguentum contra læſionem internarum partium eſt valde vtile.

Vnguentum contra læſionem ſiue contuſionem partium internarum.

℞. Pimpinellæ, lauendulæ, ſpicæ nardi, rutæ, hyſſopi, ſaluiæ, pyrethri, pulegii, fœniculi, ſiliginis agreſtis, millefolii, prunellæ, ibiſci, conſolidæ maioris, auryn, amaraci, verbenæ, abrotani, epaticæ, meliſſæ albæ ac fuſcæ, angelicæ, ſatiuæ, veronicæ, fœnigræci, fragrariæ, clematidis, cordialis, pedis leonis, roriſmarini, foliorum linguæ ceruinæ, tormentillę, betonicæ, ana manipulum vnum. Hæc omnia cultello in tenuiſſimas particulas comminuta, iniice in lebetem, & effunde butyri optimi in Maio confecti, & per cocturam a ſale purgati libras 28. & hæc ſimul ad ignem ex carbonibus confectum probe decoque, tantiſper donec virtus egrediatur; deinde cum hæc per mundum linteolum expreſſeris, affunde olei laurini libras duas, & habebis præſtans vnguentum. Hoc valet contra internam læſionem,

ex casu aliquo ortam, quantitate nucis auellanæ in calido iusculo cereuisiario sumtum. Si primo non medetur, vsus eius bis aut ter est iterandus, quin etiam externæ corporis partes affectæ apud ignem lentum sunt inungendæ.

Præcepta contra iniuriam frigoris, & remedium ad curandam ambustionem.

CAP. XXXVII.

QVONIAM vero in his septentrioni subiectis regionibus frigus magis dominatur quam calor, & hiberno tempore sæpe nobis in venationibus aut castris cubandi necessitas adfertur, quemadmodum etiam proxime præteritis annis in inferiori Germania brumali tempore castra statiua sub dio constituta sunt, de frigoris & algoris iniuria propulsanda pauca adiungam. In primis autem ad frigus amouendum vestes sunt comparandæ, quæ non cito corrumpuntur, quia non semper in expeditionibus has mutare possumus: Statim a tenera ætate frigori assuefacere sese expedit. Id enim ad sanitatem & ad res bellicas gerendas, plurimum momenti adfert.

In magnis algoribus capitis, manuum ac pedum vigor conseruetur; quo illæso, vniuerso corpori sua constat integritas.

Frigus facile quidem a quibuslibet corporis membris vestium aut ex panno, aut ex hirsutis pellibus, præsertim ceruinis, concinnatarum obiectu arcere licet. Capiti vero nullorum animalium pelles salubres sunt, sed pannei potius, aut bombycini galeri & pilei sunt inducendi.

Citius tamen frigiditas a calcaneo, quam a cerebro ad cor penetrat.

Cursus, motus, manuum pedumque concussio in summo frigore prodest.

Si quis vultum manusq. aqua frigida mane lauat, & deinde chirothecis probe tegit, primo quidem aliquantulum perfrigeratur, mox vero amplius corpore calescet.

Frigus enim meatus cutis constringit, & sic nos ab externo frigore tutos reddit, prohibetque ne calida substantia, quæ intus retenta, suapte natura calorem auget, diffluat aut dissipetur. Sordes item, quæ frigus quoque augent, a pedibus abluere, chirothecas & lineos soccos vino sublimato aliquantulum imbuere confert. Quemadmodum hoc vini genus vim calefaciendi totum corpus obtinet, si admixtis calidis aromatibus bibatur. Ad idem valet, comedere nuces muscatas, zinziber, calamum aromaticum, oleis vnguentisq. corpus fouere non est inconueniens, alliū & nuces etiam ad arcendum frigus mirabilē habent proprietatem, præsertim si quis hæc duo in iure carnium contusa comedat.

Ex vrtica & oleo factum linimentum cum pauca sale tuetur partes corporis ab atrocissimo frigore; valet etiam ad vlcera a gelu contracta: si quis nolit pedes vel manus a frigore offendi, pinguedine vulpis inungat.

Quibus vero rationibus medicina facienda sit, si aliqua extrema pars corporis pene sit emortua, mox addam.

Probatum itaque confirmatumq. est experientia, si quispiam membra gelu & frigore stupētia habuerit, non igne aut aqua calida, siue tepida calorem remoueri, sed inde magis putrescere & excidere. Frigida autem si lauentur, paulatim iis pristinum restitui vigorem. Galenus ad algores intensos, & ex his contractos dolores vsus est Euphorbio, quod cum oleo triuit, ceramque immiscuit liquatam.

Nonnulli

Nonnulli contra frigoris aduſtionem præcipiunt loca affecta ad ſpatium dimidiæ horæ detinere in aqua, in qua ſtercora equorum, auena paſtorum ſint decocta. Alii membris ex frigore aduſtis combuſtæ pellis leporinæ cineres inſpergunt; nonnulli rapam, aut pomum toſtum calidum applicant. Quidā felle ſuillo loca affecta inungunt.

Quod ſi cui digiti manuum pedumve nimia frigoris aduſtione etiam denigrati fuerint, ita vt plane ſtupeſcant, animum propterea tamen non abiiciat, ſed ſanis conſiliis & remediis occurrat.

Magnam enim natura & ars vim habet. Memini proxime præterita hieme Caium Alefeldium, cui ambo pedes frigore aduſti erant, ſumta quadam potione vulneraria, cuius deſcriptio mox ſequitur, effeciſſe, ne damnum latius ſerperet, cum omnes Chirurgi de eo deſperarent, quod articulos pedum frigore pene emortuos eſſe, & putredine quadam decidere viderent. Et quamuis per integrum anni ſpatium pedes ipſi non fuerint conſolidati, tamen nunc incedere vtcumque poteſt.

Remedium ad curandam ambuſtionem.

Accipe duo linteola munda, quorum hoc lacteo cremore, qui dicitur Germanice *Rom*, illud vero ſero butyrino imbue, & parti læſæ ſingulis diebus ter applica, donec feruor interior refrigeretur. Deinde lardo porcino maſculino auenam, nec non vnā aut alteram aſſulam infige. Hæc incende, & ſic porcinam pinguedinem ignitam in vas aquæ puræ ex alto cadere facito. Deinde ſume ſex ouorum vitellos abiecto albumine, quibus adde parum prædicti lactei cremoris, & deinde pinguedinem lardi liquatam ac ſupernatantem adiice, & hæc vna probe decoque, inde fiet emplaſtrum, quo ter de die partem affectā inūges, ac breui eam ſanam reddes. Quod ſi linteola

cuti tenaciter adhæserint, imbuas hæc butyro non salito, & facile inde resoluentur.

Ad refrigerationem prodest etiam cortex tiliæ rasus in aquam, donec inspissetur, parti vstæ sic applicatus.

Descriptiones medicamentorum quorundam ad vulnera externa curanda vtilium.

CAP. XXXVIII.

SEquitur nũc eius potionis vulnerariæ descriptio, cui vna eademq. opera alia quædam emplastra, linimenta & olea, ad curanda vulnera egregie vtilia subiicere placuit, vt his si opus fuerit, commode vti possitis in bellis aut aliis profectionibus.

Potio vulneraria, qua vulnera mirum in modum curantur.

Accipe duas mensuras cereuisiæ vetustissimæ, iniice manipulum clematis siue peruincæ, cauliculum artemisiæ rubeæ, paulũ herbæ, quæ dicitur *Rodicheil*, vel in defectum huius sume meram peruincam, decoque ad medietatem in vase fictili, operculo probe tecto. Deinde excola in ollam lapideam siue lagenam, sic vt orificiũ eius probe obstrui possit, ne aer ingrediatur, postea vsui serua. Ex hac potione dabis homini vulnerato siue læso mane ieiuno ventriculo, in meridie post sumtum cibum, a vesperi cum discessurus est cubitum. Singulis vicibus ad quantitatem trium cochlearium, iubebisque vt læsus postea duabus aut tribus horis abstineat a cibis, & quoties inde biberit, paululum instillet in vasculum, & hoc vulnus abluat. Folium etiam brassicæ rubrum aut maxime fuscum liquore huius potionis imbutum vulneri imponat, ita tamen vt asperius folii latus versus vulnus sit cooptatum, quod linteolo firmiter inuoluatur. Quod si vulnus poterit constringi acu, fiat id quoque, ne magna cicatrix inde rema-

neat,

neat, alioqui nihilominus tamen vulnera consolidat hæc potio.

Aliud cataplasma præstantissimum, quod cum in comitatu Tyrolensi apud Carolum V. Oenoponti commoraremur, Iohannis Friderici, quondam Saxoniæ Electoris Chirurgus, Illustrissimum Holsatiæ Ducem Adolphum docuit, & contra quemuis ictum, & ad vulnera a tormentorum globulis illata, mirabilem curandi vim habet.

℞ Galbanum,
Armoniacum,
Opopanacem,
Bdellium,
Ceram,
Oliui, *Baumohls* libras duas,
Argyritis siue argenti spumæ præparatæ, *Silberglet*, libram j.
Olei laurini vnciam dimidiam.
Myrrhæ,
Thuris,
Mastichis,
Aristolochiæ,
Terræ cadmiæ, siue lapidis calaminaris præparat. *Salmeiß*, vnciam j.
Camphoræ vnciam dimidiam.
Terebinthinæ, vnam drachmam.

Redige ad puluerem, quem fac igni excãdescere, & quicquid dissoluendum est, dissolue, & in morem cataplasmatis forma modo sequenti.

Quatuor gummi macera nocturno tempore in aceto acerrimo ex vino confecto, in vase ex orichalco fabrefacto, aut olla incrustata, ita vt acetum quantitatem gummi excedat, postea decoque gummi tãtisper donec sordes, excrementa aut ligna ab iis separẽtur Deinde exprime, siue excola per mundũ linteũ in cacabum aut lebetem, & gummi iterũ coque vsq.

ad consumtionem aceti, & donec gummi a lebete segregentur.

Fac colliquescere oliuum & ceram in pelui ex orichalco, immitte argyritim siue spumam argenti, & versa rudicula, vt argyritis in fundum subsidat, & cũ calorem fuscum induere cœperit fac periculum cultro lato aut spatula. Quod si non adhæserit cultro tenaciter, sed inde resoluitur, perfectæ decoctionis est signum. Ab igne igitur remoue statim, & paululum infrigidari finito, non tamen nimis cito. Postea de quatuor gummi maceratis in aceto, singulis vicibus ad quãtitatem fabæ vel nucis auellanæ immitte in decoctũ cataplasma pedetentim donec gummi prorsus ingressa fuerint. Nam si simul iniicerentur, cataplasma nimis ebulliendo ascenderet, fortassis etiam effunderetur. Verum ad maiorem cautelam peluim cum aqua in promtu habeto, vt si nimis bulliat, supra aquam teneri & infrigidari possit, illudq. rursum emplastro adiice, quod in aquã effusum est. Et cum gummi plane in emplastrũ ingressa fuerunt. cocturã eius de integro repete, parũperq. decoque. Deinde adiice myrrham, mastichen, thus, terram cadmiam, id est, *Salmeisen*, aristolochiam. Redige iterum in puluerem tenuissimum paulatim supra ignem, non nimis calide tamen, ne pulueres ardore conflagrent vel consumantur. Extremo iniice terebinthinam & oleum laurinum; & cum plane ab igne remotum & infrigidatum fuerit, adiice Camphoram. Deinde effunde in aquam calidam donec aptum efficiatur, vt manibus tractari & subigi possit. Postea macera oleo artemisiæ, vt nitidum & purum reddatur. Immitte in pellem hinnuli bene præparatam. Tunc ad 40. aut 50. annos vsui conseruari potest. Conducit hoc cataplasma aduersus omnia vulnera sclopetaria, contra ictus & vulnerum inflammationem.

Insigne cataplasma vulnerarium, contra quemuis ictum, quo vsus est Christiernus II. Rex Daniæ vna cum sequenti Balsamo & pillulis. Nam hæc omnia in libris eius medicinalibus post mortem sunt inuenta.

℞. Ceræ vncias cum semisse.
Colophoniæ seu picis Græcæ.
Aschenschmalz,
Mumiæ, } ana sesquiunciam.
Myrrhæ vnciam vnam.
Minii vnciam dimidiam.
Corallorum alborum drachmas tres.
Magnetis vnciam vnam.

Ceram vna cum colophonia primum dissolui facito, deinde mumiã adiice, postea *das Aschenschmaltz*. Hæc ad lentum ignem collocato & probe versato. Deinde reliquis quoque prædictis speciebus immissis ad lentum ignem paulisper stare sinito, probe frequenterque moueto, sæpe etiam periculum facito, num satis sit decoctũ, & in fundo subsidere incipiat. Stilla ex alto guttulas aliquas ex calida spatula in frigidam. Quod si illud infrigidari & spatulæ adhærescere senseris, ab igne remoueto, tam diuque versato donec sua sponte sit frigefactum, & in solidam coeat massam, ne sequentia tria gummi in eo aduratur. Adde insuper thuris & mastiches ana vnciam vnam, camphoræ sesquiunciam; & in olla tam diu moueto, vt infrigidatum duritiem contrahat, & manibus tractari prædictoq. adipe subigi possit. Et hoc modo cataplasma rite paratum habes. quod si igitur vulnus inflictum est recens, panno lineo crassiori illinito, & parti affectæ applicato. Quibuslibet etiam vulneribus, siue cæsim gladio secante, siue punctim mucrone sint inflicta, hoc cataplasma recte adhiberi potest.

Alia potio vulneraria.

℞. Limonii filueftris, id eft, *Wintergrün*, & Betonicæ ana drachm. vnam; Saniculæ, *Sanickel*, & pedis leonis, id eft, *Sinnaw*, ana drachmam dimidiam, cum duabus menfuris vini in noua olla vitreata firmiter occlufa, quæ farina fubacta probe obturetur. In medio autem operculi foramen relinquatur, per quod vapor egrediatur. Coctura huius potionis ad fpatiũ duarum horarum continuetur. Ex hac potione homini fauciato fingulis diebus mane & vefperi ad quantitatem vnius cochlearis exhibe bibendum, & loco affecto brafficæ folia vel præcedens cataplafma impone.

Pretiofum oleum balfaminum, quod inftillari poteft vulneribus quæ non capiti, fed alioqui corporis partibus funt inflicta.

Accipe olei rofati vncias nouem.
Rebarræ minutim contufæ vnc. fex.

Hęc firmiter contecta in ampulla fiue lagena ftannea per tres dies ftare facito. Deinde lagenam vna cum prædictis in balneũ Mariæ immittito, & ad horæ medietatem probe bullire finito. Poftea in lagenam iniice maftiches fubtiliter contufi drachm. fex. Item thuris, bdellii, opopanacis, camphoræ, ana fiue partes ęquales vnciam dimidiam, poftea illud oleum per mundum panniculum laneum excolato, ita vt omnis virtus prædictarum fpecierum inde exprimatur, habebifque in hunc vfum paratum oleum præftantiffimum.

Ratio conficiendi pulueris vtilis contra diffectionem nerui alicuius qui a Chirurgo eft conglutinandus.

℞. Oculos cancri, in fubtiliffimum puluerem comminutos in paruo linteolo. Hunc puluerem neruis infperge, & ficcis fafciis ex linteolo confectis, locum

eum obliga, ne humiditas aliqua ad neruos penetrare possit. Hanc ligaturam per spatium 24 horarum intactam relinquito. Elapso prædicto temporis spatio Chirurgus neruum inspiciat, ipsiusq. conglutinationem exploret, & deinceps vulnus illud calidis vinculis deliget instar alterius vulneris recentis, & post diem vnum aut alterum ligaturam dissoluat.

Ratio certa, qua fluxus sanguinis ex quouis vulnere erumpentis cohiberi potest.

Ineunte vere, cum ranæ femina prima siue oua proiiciunt, tunc accipe crassioris linei pāni vlnas tres vel quatuor, plus minusve quantum satis est. Hunc pannum cum huiusmodi ouis ranarum probe abluito, soliq. siccandum exponito. Deinde secundo tertioque lotum, similiq. modo in sole siccatum vsui diligenter seruato. Cum autem hoc vti volueris, partem vulnere duplo maiorem, inde præcisam instar cataplasmatis vulneri imponito; sanguinis effusio statim supprimetur, quod certo experimento in plurimis est comprobatum.

Præcepta contra calorem & sitim.

CAP. XXXIX.

QVemadmodum frigus proficiscentibus obest, sic etiam calor, & ex hoc profecta sitis peregrinantibus molestias exhibet. Nam suis ab humido deficiente aut calido superante fit. Cum enim nimii æstus noxa peregrinantes infestat, calor nimius semper excoquens corporibus firmitatem eripit, & humido naturali exigendo vires dissoluit.

Primum autem moneo, ne cum iter faciatis, multum loquamini. Inde enim sitis faucibus aridioribus contrahi solet. Ad caloris vim pellendam balneum aquæ frigidæ, etiamsi quis febrim aut capitis dolorē intemperie contraxerit, prodest. Quam rationem

etiam cerui sequuntur. Nam cum æstu immoderato vexantur, in frigidam sese immergunt. Alii coronas ex rosis, violis, nymphææ floribus; polygoni ramulis, adianti, vitis, myrti foliis, salicum virgulis, aliisq; refrigerantibus plantis capiti contra æstus iniurias imponunt.

Contra sitim ex calore prouenientem detineantur in ore crystalli, coralli, argentum, saccharum candidum, aut silex, qui aliquamdiu in frigida aqua fontana iacuit. Iulepus etiam rosarum & violarum cum aqua. Item radix glycyrrhizæ recens e terra euulsa & manducata, siue ex aqua pota sitim sedat. Quemadmodum & vigiliæ extinguunt sitim a calore ortam, sic somnus ortam a siccitate. Frigida siue aqua mea odorifera, quam superius descripsi, etiam os colluere prodest. Fici recentes sitim leuant, caloremque refrigerant. Nuclei nucis pineæ, portulacæ folium linguæ subditum, fraga, pyra, pruna, cerasa, malorum cydoniorum grana, lactucæ & cucumeris semina ad minuendam sitim sunt præstantissima. Perfusus aqua frigida panis, & cum vino sumtus, contra sitim prodest. Vinum refrigeratur, si in aquam frigidam vna cum cantharo collocetur, panisque tostus in aquam fontanã frigidissimam immittatur, cui postea inde exemto vinum infundatur, illudque hoc modo bibatur, aqua interim sæpius permutata. Hac consuetudine refrigerandi ego vti consueui. Nam salubris est, nihilque nocumenti adfert, veluti ea quæ nitro aut niue perficitur. Hæc enim est violenta & propterea naturæ contraria & inimica, vt sunt ea ex quibus refrigeratio petitur.

Præcepta contra famem.

CAP. XL.

PEregrinationes & bella sæpe hominem in inopiam rerum omnium coniiciũt, ita vt ingenti vehementique fame laborandum sit Quare non abs re

fuerit

fuerit pauca contra hanc ſubiungere. Fame igitur dominante omnium animalium iecur aſſatum in penuria panis ſatiat magis. Item panis coctus ex amygdalis dulcibus & ſaccharo plurimum nutrit.

Panis quoque nauticus, ſiue biſcoctus, eo quod propter ſiccitatem ſitum minime contrahat, & diutius reliquo incorruptus ſeruetur, in hunc vſum circumferendus eſt. Legimus quoque quendam ruinis ædificiorum obrutum cum nullam vitæ ſpem reliquam haberet, ſeptem dies noctesque, ſola vrina epota, famem ac ſitim toleraſſe. Auicenna globulos contra famem compoſuit, qui ſunt conſeruandi, ne ſolis calore colliqueſcant. ℞. Amygdal. dulcium excor. libram vnam. Adipis vaccini liquefacti libram dimidiam. Olei violarum vncias duas Mucaginis rad. althææ vnciam vnam. Terantur omnia ſimul in mortario, & fiant pilæ ſicut globuli nucis inſtar Italicæ.

De nauſea marina,

CAP. XLI.

QVOD ſi verſamini in mari, nolite prohibere vel impedire vomitum, verum ſi ſit nimius & ſuperfluus, in potu paululum aquæ marinæ miſcete, vt ita ventriculus veſter paulatim mari aſſueſcere diſcat.

Toſtus etiam panis ex aceto comeſtus contra vomitum valet, quemadmodum & multarum gallinarum ventriculi per vſtionem in cinerem redacti, cum vino ſumti in tali affectione ſtomacho non parum proſunt.

Quidam volunt ad hanc rem conducere, ſi quis aquam marinam ſiue ſalum ex naui intueatur, ſiue ex alto in mare deſpiciat.

De haustu aquarum. CAP. XLII.

SED quoniam in expeditionibus & peregrinationibus multos aquarum turbidarum & limosarum vsu exstinctos esse compertum est, omnino interdico vobis, ne aquam ex puteis vel stagnis haustam bibatis Possunt enim hæ multifariam ab hostibus infici, vt plerumq ab hostibus fit, cum alioqui etiam sordibus scateant.

Fontanam quidem aquam non omnino improbo, hac tamen conditione, vt cum exhausta est ex fonte. linteum nitidum in eam iniiciatur: quod si id post duarum horarum spatium nullas concipiet maculas. sine omni veneni suspicione bibi potest. Purgantur autem aquæ excolatione, cum ex vno vase in aliud transcolantur per arenam dulcis insipidiue soli, in colum siue sacculum iniectam, aquæ prauitate in arena sic remanente.

Mala aqua etiam cum allio sumta, vel iniecta theriaca minus nocet; cuius posterioris vsus inprimis in expeditionib. est salutaris, vbi varia loca mutanda sunt.

Aqua limosa salis inspersione emendatur, turbida alumine clarificatur.

Lauri folia, pulegium, acetum permixtum olei vitrioli gutta vna aut altera. folia acetosæ, cornu monocerotis, coralliū contusum & iniectum in aquam: hæc omnia prauitatem eius emendant. Sed vt institutum de aquis sermonem absoluam, in casu suspicionis aquæ venenosæ, mihi satius esse videretur, de integro puteum effodere. Indicium autem vel signū aquarum subterranearū est nebulosa exhalatio ante exortum solis, vel creber & spatiosus iunci, vel arundinis prouentus.

De eruptione sanguinis ex naribus.

CAP. XLIII.

CVM Sol quoque peregrinantibus sanguinem nimis subtilem & tenuem reddat, eumq; ex naribus effluere faciat; rem non inutilem videor mihi facturus, si paucis de huius nimio fluxu reprimendo agam.

Primum autem sciatis, quod si cui vestrum sanguis sine læsione sæpe ex naribus profluit, in propinqua sanitatis parte hoc esse numerandum. Si autem hæc eruptio est nimia & crebra, tunc poterit vitare cibos aromatibus conditos, item allium, cepas, porrum, raphanum & cætera. Mirifice autem sanguinem ex naribus promanantem reprimit stercus porcinum, si tepidum infarctum linteolo naribus admoueatur; cumque frigescit stercus, rursus illud excalefacere oportet. Sequens etiam cataplasma cum linteo canabino impositum sanguinem sistit.

℞. Bolum armenum & farinam volatilem molendinariam, & ex his cum albumine oui & aceto rosaceo confice cataplasma, illudque fronti & arteriis capitis applicato. Et si sanguis nondum reprimitur, linteolum aceto imbutum collo circumuoluito. Quinimo ad eundem etiam modum pudēda humectare poteris. Et quod si sanguis stillauerit ex nare dextro, cucurbitulam adhibebis iecinori, tamquam parti affectæ. Sin ex sinistro, in latere eam sinistro ex aduerso splenis applicabis.

Si vero neque hoc sanguinem retinebit, non inutile fuerit secta vena iecinoris sanguinem infrigidare, & naribus inspirari curabis puluerem compositũ ex herba quæ dicitur gratia Dei, qui puluis mirificam sistendi sanguinis vim obtinet, etiam ex vulneribus confluentem. Cauebis tamen ne nares purges vel mundifices antequam sanguinis fluxus plane sit su-

superfluus. Aliqui etiam vtuntur croco vel puluere fuliginoso molēdinario, vna cum tela araneæ. Quinetiam ex astringentibus lignis, vt quercu, ilice, fago cinis non parum astringit, ideoque si forsan nullum aliud remedium esset ad manus, sanguinis eruptio hoc modo cohiberi posset.

Præcepta aduersus alui fluxum.

CAP. XLIV.

NOnnumquam in profectionibus & bellis sæpe ex copioso alui profluuio laboratur, ideo remedia hunc morbum curantia vobis quoque minime negligenda esse censeo.

In principio autem istius morbi nolite statim medicamentis comprimendi facultate præditis, aluiq. fluxum sistentibus vti. Etenim obluctari & excretionis cohibitionem moliri, maiorem morbum facit. Sed potius candēs siue ignitum aurum, vel chalybis laminas, in potu quem hausturi estis, iterum atque iterum exstinguite.

Genitale etiam cerui siccatum & comminutum in puluerem, in dysenteria efficacissimum est remedium, quemadmodum & argillæ rudera ex clibano desumta & decocta cum aqua, qua postea in potu vtamini, facultatem sistendi & astringendi aluum præstant. In hunc vsum conuenit etiam saccharum rosarum cum rubris corallis, vsto ebore, electuarioque ex cydoniis.

Contra ardorem stomachi.

CAP. XLV.

NON raro quoque ardor siue æstuatio stomachi proficiscentes infestare solet. Operæpretium igitur visum est remedia huic morbo succurrentia breuiter obseruare.

Nonnulli cōtra hunc vtuntur glycyrrhiza, carpio-

num

num, alii lapides in ore detinent, vel olibani grana deglutiunt. Nonnulli contra hanc affectionem aquã calidam bibunt, aut lac tepidum, vel cerasorum nucleos, aut panem ex aceto comedunt. Ego autem maxima ex parte hæc sequentia duo medicamenta adhibere soleo, quorum hoc a Daniele Rantzouio, serenissimi Daniæ regis Friderici II. in bello contra Suecos primario duce, cognato meo, didici, illud vero alioqui vsu compertum habeo.

Medicamentum Danielis Rantzouii, contra ardorem stomachi.

℞. Vetus saccharum rosarum & lapides cancrorum, quos contusos & in puluerem redactos sacharo rosarum insperge, adde paululum de bolo armeno. Misce hæc omnia simul. Obseruetur tamen vt lapides cancrorum dimidiam sacchari partem quantitate sua adæquent.

Aliud contra ardorem stomachi.

℞. Sesquiunciam cretæ.
Tres nuces muscatas siue myristicas.
Sesquiunciam sacchari electissimi, quod ex Insulis Canariis aduehitur. Fiat puluis. Nunc aduersus arefactionem linguæ, qui morbus etiam plerumq, castra sequitur, remedia quædam ascribam.

Aduersus arefactionem linguæ, quæ dicitur vulgariter Brunella.

CAP. XLVI.

℞. Nucleos cydonei 2. aut corticem medianum tiliæ in aquam colloca; cui si addes cochlearium aceti rosacei, efficitur inde limus vel succus, quo oris humiditas retinetur.

ALIVD.

℞. Syrupum acetosum simplicem cum aqua ex

cremore prisanæ præparata ; hac gargarizetur os quod valet contra linguæ ariditatem.

Syrupus acidus simplex

℞. Aquæ fontanæ siue rosaceæ lib.iiij.
Sacchari lib.v.

Coquatur in vase lapideo , aut potius terreo vitreato carbonibus accensis, aut flamma exigua citra fumum, semper despumando ad dimidias. Deinde adiiciantur aceti albi clari lib. duæ. Si autem valentissimum vis, libræ quatuor. Si viribus mediocre, libræ tres,& percoque in syrupi consistentiam. Reconde in vase vitreo. Hic syrupus affectibus ac febribus maxime biliosis auxiliatur, quia bilem tenuitate & caliditate furiosam frangit , retundit & exstinguit,adeoque sitim sedat. Humores quoque crassos tenuat,incidit, obstructiones tollit, vrinas mouet ac sudores.Putredini resistit , ob id pestilentibus febribus est saluberrimus.Ego hoc syrupo valde delector, & vobis eius vsum maxime commendo , quia non est ex venenatis compositus.Laudatur etiam ab Aristotele in libro De regimine Principum Alexandro inscripto.

ALIVD.

Lardum purum porci castrati ad longitudinem dimidii digiti, & latitudinem duorum digitorum transuersorum linguæ ægroti impositum probe insere,ita vt linguam & fauces interiores penitus contingat. Hoc lardum inde non remoue,sed colliquescere sine. Ægrotus autem illud per suctionem attrahat,donec plane in liquorem resoluatur. Postea copiosum vomitum edet ; tum caue ne suffocetur. Postmodo videbis adusti sanguinis copiam,& cutem tenacem per vomitum eiici. Vtatur igitur ægrotus huiusmodi lardo secunda vice , & tandem conualescet.

Aliud contra idem.

Veloci & celeri cursu vsque ad defatigationem agitetur equus, donec præ nimio calore liquidus humor ex ore ipsi emanet. Hæc spuma spongiæ in bacillum fixę imponatur, eaque lingua & faucium partes remotiores, quousque fieri potest, inungantur per aliquot vices. Caueatur tamen ne spongia delapsa in collum descendat. Ægroto, cum comedere aut bibere voluerit, eluatur os aquæ prunellæ. Deinde aliquoties hæc vnctio cum spuma prædicta repetatur. Illud extra dubium morbo medebitur, quod experientia constat.

Cum etiam peregrinantibus ocreæ soleant nonnumquã indurare digitos pedis, ita vt in callum intumescãt, & duritiem quamdam contrahant (quod genus Germanice *Lickdorn* appellatur) sequens remedium eum in vsum subiicere volui.

℞. Cineres foliorum iuglandis combustorum, allium & seuum misce simul & decrescente luna callum linteis probe conuolue. Et hoc vnguentum bis aut ter impone. Aliqui imponũt stercus gallinaceum. Alii testudinem sale necant, & spumam inde prouenientem huiusmodi tuberculis illinunt. Contra verrucas manuum aliqui liquorem ex lignis quercinis ardentibus promanantem imponunt, alii spumam maris.

De ebrietate. CAP. XLVII.

CVM in expeditionibus & communi vitæ inter homines conuersatione necessario interdum conuiuiis amicorum interesse cogamini, pauca vobis de præseruanda & curanda ebrietate adiicere operępretium esse duxi, a definitionibus incipiens. Est ebrietas nihil aliud, quam perturbatio mentis & omnium actionum eius, ex immodico potu profecta, & voluntaria insania.

1. Ad hoc autem vitandum malum prima ac præcipua ratio eſt, parce bibere, & non plus quam neceſſitas poſtulat.
2. Deinde a fortibus potibus abſtinere, tenuiores cereuiſias intermiſcere & pedetentim bibere, non vno hauſtu omnia euacuare.
3. Inter pocula parum comedere. Nam cibus potum in venticulo remoratur.
4. Sumere ante cibum pauxillum vini abſinthitis, aut 5. aut 9. amygdalas amaras, aut paululum lactis. Nonnulli deuorant lauri folia. Alii alia.

Africanus in ſuis commentariolis vult, quod qui caprinum pulmonem toſtum ederit, ebrietatem non ſentiet.

Ego ſemper in pectore geſtare ſoleo magnā amethyſtum, eo quod aliqui ſcribunt, eum valere contra ebrietatem, qui humores ad cerebrum aſcendere non patitur, mihique videtur, eum nonnihil præſtare: vnicuique tamen ſuum permitto iudicium.

Omnia dulcia & ex ſaccharo confecta inter potādum ſumta, prohibent ebrietatem, quia non ſinunt aſcendere vapores & frangunt vim vini, eiuſq ſaporem. Præſentiſſima curatio eſt vomitus aut alui profluuium, ſecundum Hippocratem: Ex plenitudine enim quæcumque ægritudines accidunt, euacuatio ſanat.

Vltimo ſomnus curat perfecte ebrietatē, qui protrahi debet tamdiu, donec ructus aut oſcitatio adeſt. Nam (teſte Galeno) ſomnus concoquit, vigiliæ digerunt. Non tamen vos ilico poſt pocula cubitum conferte, ſed vnam ad minus horam in cubiculo ambulate & vigilate.

Auicenna ſequentem ſyrupum præſcribit contra ebrietatem; verum ego eius vires non ſum expertus. Nam potius me amygdalis amaris, amethyſto, dulcibus rebus, odoribus frigidis, vt roſis, violis, camphora præ-

ra præseruare soleo, si propter valetudinem vomitum ciere nolo, vt supra monui.

℞. Succi alborum caulium,
Succi granatorum,
Aceti vini optimi ana vnciam vnam.

Ferueant ebullitionibus aliquot, & fiat syrupus. Vos vti potestis ex prædictis, quæ naturæ vestræ maxime conuenire animaduertitis. Hoc certo scio, inebriari, cõtra naturam & nulli hominum ex vsu esse. Propterea spero vos admonitionis meæ memores fore, & quantum communis vitæ ratio patitur, hanc præsentissimam pestem fugituros, Deoque optimo maximo id prohibēti magis obtemperaturos, quam mortem sodalium & amicorum caussa voluntate vestra acceleraturos.

Descriptiones nonnullorum medicamentorum & antidotorum contra venena.

CAP. XLVIII.

HActenus breuia quædam præcepta, ad conseruationem sanitatis & diurnitatem vitæ vtilia, qua potuimus breuitate enumerauimus: iam in fine medicamentorum quorundam contra venena vim habentium descriptiones subiiciemus.

Primo igitur omni cura iudicium ciborum appositorum habete, odoremque eorum, antequam in os immittatis, explorate, diuque lingua & dentibus tractate. Si enim cibus est venenosus, statim lædit guttur. Deinde cauete, ne cibus sit peregrini diuersique saporis, neq. eũ cito diglutite. Nulli enim citius atq. gulosi veneno inficiuntur. Eam ob caussam volo, ne quis vestrum maxime famelicus aut sitibūdus ad mensam accedat, ne auiditate cibi deceptus venenosam nesciat dignoscere materiam.

Assumti autem veneni cura est, vt statim percepto nocumēto prouocetur vomitus cum butyro & aqua

calida, aut oleo tepido, siue etiam aqua tepida cum aceto. Postea bibatur lac aut butyrum, vel sumatur album stercus gallinaceum, assatum cum vino, quod etiam in huiusmodi casu vomitum ciet. Vomitus autem tamdiu & quidem copiose continuandus est, donec nec sapor, nec odor, neque morsus, nausea aut vlla anxietas percipiatur. Hoc enim vbi fit, indicium est adhuc venenum esse reliquum.

Post vomitionem sumenda est theriaca bona cū aqua plantaginis, scabiosæ, aut acetosæ, vel Mithridatum aut diamoschum. Aliquot grana etiam Iuniperi trita, & in potu data miro modo venenum expellunt. Allium & raphanus hebetant vim venenorum, quemadmodum & smaragdus, achates, succinum & corallium & quæcunq. appensa collo, manibusve mutantur, siue colorem naturalem amittunt.

Quidam ferunt, ambram, muscum vel lapidem bufonis gestantes a venenis tutos præstare. Alii contra eadem ieiuno stomacho vrinam propriam, vel pueri non polluti recens emissam hauriunt. Nonnulli mirabilem contra venena efficaciam habere scribunt si quis infectus veneno, mulo aut equo exenterato, statim, dum adhuc feruet, inseratur, & capite prominente tamdiu in eo iaceat, donec a vi veneni liberetur. Si vnus non sufficiat, alter idem exenteretur. Hoc remedio Valentinus Gorgias Alexandri Sexti Pontificis filius aduersus venenum vsus euasit.

De peste. CAP. XLIX.

DE peste, quæ præsentissimum quoque est aeris venenum seu corruptio, pauca adderem, nisi plurimorum doctorum virorum multi de hac medicæ facultatis particula variis temporibus editi libri exstarent, quos consulere potestis; saltem monebo peste grassante, præsidium omnium Medicorum testimonio laudatissimum esse fugam arripere, solum

cœlumque mutare, loca vitiosa & pestifera, huic contagiosæ lui obnoxia primo quoque tempore relinquere, & in hæc tarde redire, iuxta versiculum communem.

Hæc tria tabificam pellunt aduerbia pestem,
Mox, longe, tarde, cede, recede, redi.

Appendi collo etiam pro amuleto sequens sacculus potest, qui mirifice pesti resistit gestatus, cordisque regioni appositus, secundum Paracelsum. Fiat autem hoc modo:

Iacobi Carpensis remedium.

℞ Arsenici albi crystallini partes siue vncias duas.
Rubei partem siue vnciam vnam.

Fiat placēta rotunda crassitudine digiti cum albo oui vel mucilagine tragacanthi. Insuatur linteolo lineo, superaddito serico, & admoueatur cordi.

Nec opus est indusium interiici (nam etsi arsenicum intro sumtum sit lethiferum, nec etiam occulta vi, sed sola rosione, vt proinde venenum non sit dicendum) tamen admotum extra venenis resistit certa experientia.

Poterit etiam sacculus pro corde conseruans & curans huiusmodi componi.

℞. Sapphiri, smaragdi, hyacinthi, rubini, corallorum rubeorum & alborum sing. drachm. croci scrupulum.
Margaritarum drachmam semis.
Arsenici albi drachmas duas.
Ambari grana sex.
Radicis Iridis siccæ & odoræ vnciam ß.
Cornu ceruini vsti drachmam.
Auripigmenti vnciam ß.

Terantur omnia, & fiat sacculus cū sindone pur-

purea, cordisq. regioni apponatur. Nonnulli ad præseruandum propria vrina vtuntur.

Alii odore radicis Enulę Campanæ, aceto maceratæ, aut Angelicæ, aut granis iuniperi vel lauri. Multi non prodeunt in publicum nisi cibati.

Si quis tamen hac lue infectus fuerit; expurgato, quam primum fieri possit ventriculo, communibusque viis, puluere sudatorio, non prius tamen quam naturæ propensionem ad sudorem cognouerit, & clystere vtatur. Deinde Theriacam, Mithridatum, cæteraq. remedia morbis pestiferis aduersantia adhibeat, ita tamen, ne hæc remedia semel, vt fit, vel continue sumat, sed ter quaterue eodem die, semper interuallo sex horarum interiecto. Si bubo sese ostendat, aut carbunculus, sanguisugas non procul a loco affecto, si sit in membro ignobili, applicet; præstabit tamen prius cucurbitulas amplas & magnas cum multa flamma, vel gallum aut catulum, vel pulmones animalium subinde admouere: Cæterum inter initia pestiferi morbi, antequā pharmaca sumserit, somnum fugiat, eique nullo modo indulgeat, ne veneni vis aut pestilentiæ virus, vna cum sanguine membra principalia inuadens protinus interficiat, cor cæteraque membra confortantia adhibeat, & quantum fieri potest, cibis ventriculo suo maxime congruentibus se reficiat, Deoque vitam suam & omnia reliqua ardentibus precibus commendet, necnon Medici periti consilio reliqua committat, vt diuina sua clementia gratiaque ille, hic vero arte sua ipsi succurrere velit.

Pręmissis his in genere de Venenis & Peste, sequūtur ordine nonnulla antidota.

Medicamentum regis Mithridatis aduersus omne venenum & præcipue pestiferum.

Plinius lib 23, cap. 8. scribit, Cn. Pompeium in sanctuariis Mithridatis maximi Regis deuicti inuenisse

nisse in peculiari commentario ipsius manu conscripto compositionem antidoti e duabus nucib. siccis: Item ficubus totidem & rutæ foliis viginti simul tritis, addito salis grano, & ei, qui hoc ieiunus sumat, nullum venenum nociturum illo die.

Idem antidotum etiam hoc modo conficitur:

℞. Nucum iuglandium siccarum vncias sex.
Ficuum siccarum vncias 4.
Foliorum rutæ siccæ semiunciam.
Salis drachmas duas.

Omnia hæc in minutas partes concisa aqua rosarũ imbuantur, neque vt quidam volunt, terantur Aliqui hæc miscent succo acetosæ aut aceto rosaceo. Nonnulli addunt etiam semiunciam granorum Iuniperi Hoc antidotum ieiuno stomacho sumatur ad quantitatem nucis castaneæ, estque aduersus venenum præseruatiuum.

Experimentum Medici antiquioris Regis Angliæ, estque puluis mirabilis contra toxicum & omne venenum.

℞. Pimpinellæ,
Radicis tormentillæ,
Cinnamomi ana vnciam dimidiam,
Ligni aloes granorum iuniperi,
Zinziberis ana drachmam vnam.
Interdum additur cardui benedicti, radicis Angelicæ, ana drach dimidia.

Fiat ex his omnibus puluis subtilis, & occlusus in pyxide vitri bene seruetur.

Aliud electuarium præseruatiuum contra Pestem & alios morbos D. Prisciani de Corduba, Medici Leonis Pontificis decimi.

℞. Cinnamomi electi drach. dimid.
Zedoariæ drachmam vnam.
Boli armeni præparati drachmas tres.

Camphoræ grana ſeptem.
Seminis citri excoriati,
Acetoſæ,
Corticis citri ana drachmam vnam & dimidiam.
Radicis diptami, tormentillæ,
Pimpinellæ drachmam dimidiam.
Raſuræ eboris,
Oſſis de corde cerui drachmam vnam.
Auri & argenti præparati ana ſcrupulum dimidium.
Fragmentorum ſapphiri,
Rubini, ſmaragdi,
Granati ana ſcrupulum vnum.

Miſce fiat puluis; cui adde conſeruæ roſarum, acetoſæ, bugloſſæ, ana drachmas duas, Sacchari albi libram vnam, diſſoluti in aqua bugloſſæ & endiuiæ; & fiat electuarium.

Modus vtendi hoc præſeruatiue contra Peſtem, talis eſt.

Pars magnitudinis duarum fabarū cultello accepta comedatur: Incenſo vero iam peſte, ſemiuncia cum vino acetoſæ detur omni die. Contra pleurifin ſemiuncia cum accommodato iuſculo, ſucco, vel aqua bene diluta detur laboranti. Ego autem huic electuario nonnumquam addere ſoleo vngulæ Alcinæ, cornu beſtiæ vnicornis ſiue monocerotis & ſuccini ana drachmam vnam.

Deſcriptio ſtibii præparati, & de eius vſu.

CAP. L.

NOnnulli vtuntur Stibii præparati ſecundum Matthioli traditionem granis tribus tritis & pulueriſatis cum ſaccharo albo, aut ſaccharo roſarum contra peſtem & venenum. Stibii etiam vſus contra varia & diuerſa morborum genera eſſe perhibetur.

Educit

Educit per vomitum, deinde per secessum, sed tamē leniter; quod ipse expertus sum, aliisq exhibui. Scribunt nonnulli stibium vix alium humorem quam eum qui noxius est, aggredi, & partem fere corporis affectam, siue propinquam, siue remotam petere, aduersus epotum venenum, aduersus ipsam pestem nihil esse præsentius, curare capitis dolores antiquos, catarrhos, ventriculi dolorem & eiusdem imbecillitatem ab humorum copia & malignitate ortam, hydropem, asthma, paralysin, epilepsiam, quartanam denique tollere, cumque morbus nullus, ne pestis quidem ipsa quempiam inuadat, nisi qui ob vitium aliquod interius exteriusve impactum noxæ suscipiendæ fuerit opportunus, esse hoc medicamentum non modo ad præsentes morbos propulsandos, sed etiam ad imminentes arcendos idoneum, & stibio corpus humanum non aliter quam aurum ipsum antimonio purgari. Ego stibium pręparatum vbique locorum in promtu habeo.

Exhibendi modus nouus & magis tutus.

Sume stibii ad puluerem tenuissimum triti tot grana, quot alicui vis exhibere, affunde eis mediocrem vini haustum, vasis orificio probe cooperto, in quo per noctem remanebit. Sequenti vero die vinum leniter rursus ex vase effunde, illudque ieiuno ventriculo bibe. Hoc non adeo periculosum est, neque tantos dolores excitat, quam si ipsa substantia stibii sumatur.

Aliud Remedium contra periculosos & pestiferos morbos puerorum.

Nostræ matronæ pueris, si male habere cœperint, solent exhibere paululum ossis de corde cerui.

Ossis bestiæ vnicornis.
Corallorum rubeorum.
Succini albi.

Margaritarum.
Ramentorum auri.
Vngulæ alcinæ æquali portione. Hæc omnia in mortario contrita miſcent ſimul in morbis calidis cum aqua roſacea, in frigidis vero cum aqua lauendulæ. Exhibetur autem ad menſuram cochlearii.

Antidotus Saxonica contra venenum.

CAP. LI.

ETſi præmiſſa medicamenta venenis aduerſentur maxime; tamen contra vim omnium veneno ſorum ferme, maximum præſtat vſum Antidotus Saxonica, quæ apud Illuſtriſſimum Electorem Auguſtum Saxoniæ Ducem non ita pridem inclaruit, oſtentationibus prodigioſis fere cuiuſdam ruſtici, qui deuoratis ſerpentibus variis, quotieſcunque ſpecimen de antidoti viribus edere voluit, huius beneficio ab omni læſione vindicatus ſemper euaſit: donatus tandem ab Electore honeſto & liberali præmio, ea conditione, vt porro, præter Electorem, compoſitionis rationem doceret neminem. Solis enim Principibus Elector dignam rebatur auxilii tam præſentis cognitionem, præſertim cum ipſa vtendi neceſſitas in ipſos facilius Principes ac illuſtres viros, quam vulgares homines & plebeios incidat.

Huius antidoti vires, vt sereniſſimus Daniæ Rex Chriſtianus piæ memoriæ exploraret, quondam Hafniæ homicidæ cuidam, ſupplicio capitis necando, venenum iuſſit exhiberi lethiferum, nempe Mercurium ſublimatum, eumque copioſum, hac conditione, vt ſi beneficio huius pulueris minime moreretur, Rex donaret eum vita. Quod factum eſt; ita vt putem, cum hic puluis huiuſmodi venenum vicerit, facile eum quoq. omne veneni genus ſuperare poſſe. Ego non ita pridem ab illuſtriſſimi Electoris coniuge per literas obnixe petieram, vt rationem componendi

ponendi hunc puluerem ad me perſcriberet, verum reſponſum non accepi, pulueris tamen ſatis magnã transmiſit copiam, cuius partem aliquam in myropollio meo inueniendam vobis relinquo. Alibi ſcribunt, vt Geſnerus Moybanum ſecutus, Electorem Saxoniæ Duci Wirtenbergenſi rationem huius pulueris conficiendi transmiſiſſe; eumq. puluerem his radicibus conſtare.

Nomina ſimplicium ex quibus hic puluis conficitur.

1. Radicum Valerianæ ſemiunciam Germanice *Baldriani Wurtzel, oder Theriackskraut*, Latine etiam theriaca, Græcæ Φυ̃.
2. Vrticæ minoris, *Haitternesſel*, } ana vnc. vnam
3. Vincetoxici, id eſt, hirundinariæ, } ana vnc. vnam
   quæ Germanice dicitur *vber Windung des giffts, oder Schwalbenkraut Wurtzel*, Gallice *domte venin*.
4. Polypodii quercini, *Engelſuſs Wurtzel*. } ana vnc. ij.
5. Althææ, *Ibiſch Wurtzel*, alias Ibiſcus dicitur, Olus Iudaicum, vel Biſmalua, } ana vnc. ij.
6. Angelicæ ſilueſtris. } ana vnc. ij.
7. Angelicæ ſatiuæ recentis vnc. quatuor.
8. Corticum radicum Laureolæ, German, *Kellershals*, vnciam vnam ß.
9. Fructus ſeu baccæ herbæ quæ Paris dicitur, id eſt, *vierfingrig nachtſchatten*, vel *nachtſchatten mit vier blettern*.
10. Acetum acerrimum.

Radices omnes effodiendę ſunt eo tempore quod inter 15. Auguſti & 8. Septembris intercedit, quamuis aliqui tardius effoderint, & efficaciam tamen ex-

perti sit antidotum. Deinde incisæ reponantur in ollam vitreatam affuso aceto acerrimo, quod duobus digitis radices excedat. Tum olla operculo clausa, rimæ omnes albo oui cum farina subacto diligenter oblinantur, & sic in illa ad lentum ignem leuiter omnia bulliant, postea olla aperta, abiecto quod redundat aceto, (nisi ex illo forte syrupum adiecto melle & alios vsus commodum parare libeat) radices exsiccentur, quoad fieri potest. Deinde contritis omnibus addantur acini herbæ Paris dictæ (nos Solanum tetraphyllum vocamus) numero viginti sex, & fiat puluis, cuius drachma vna e vino albo propinetur. Dosis huius pulueris est scrupuli duo, vel drachmę dimidium adultis & senibus. Aliis enim minor dosis sufficiet videlicet scrupulorum duorum.

Videtur hæc antidotus nō aduersus omnia venena solum, sed alios quoque affectus vtilis futura, icterum præsertim, cachexiam, dyspnœam vel asthma, splenis obstructionem, retensionem mensium & calculos renum, quartanam, aliaque huiusmodi, vbi frigidos, crassos & viscosos humores caussantur: pręsentissimum quoque remedium est contra pestem, & contra eandem præseruatiuum.

Sunt & aliæ huius pulueris descriptiones, quas lubens prætereo. tantum vnam subiicio, quam a Berlepsio Illustrissimi Principis Electoris consiliario didici: quæ mox sequitur.

Antidotus Saxonica contra omnis generis venena efficacissima.

℞ Valerianæ vnciam vnam cum duabus drach. id est, *Baldrian wurtzel.*

Hirundinariæ, id est, *Schwalben wurtzel.* vnc. j.

Polypodii quercini, id est, *Stein wurtzel*, sesquiunc,

Angelicæ satiuæ, Smyrnii *Meister-Wurtzel.* } ana vncias duas.

Althææ,

Althææ, *Eibisch wurtzel*, vnciam vnam.
Corticum radicum Laureolæ sesquiunc.

Radices effodiantur tempore quo supra dictum est. Deinde incisæ in nouam ollam testaceam vitream immittantur acerrimo infuso aceto ita vt ad latitudinem duorum digitorum radices excedat. Deinde olla operculo probe contecta farina subacta oblinetur, ne vapor exhalare aut alioqui aura ingredi possit. Hæc ita ad spatium dimidiæ horæ bulliant, posteaq. ab igne sublata infrigidentur. At vbi iam probe infrigidata fuerint, abiecto aceto radicibus adiice XII. acinos herbæ quæ dicitur Paris, & singulis acinis tria folia ex cauliculo herbæ prædictæ adde. Hæc ita supra fornacem vel aeri exposita probe siccato in loco aliquo radiis solarib. minime peruio. Deinde omnia in puluerem tenuissimum cōminuta, per cribrum setaceum transmittito; cumq. opus fuerit, ad pondus vnius drachmæ exhibeto. Hic puluis vim habet insignem contra pestem & venena, aliaq. morborum genera, quorum superius mentio facta est.

Antidotus Nicomedis regis contra venena.

℞. Baccarum iuniperi drach. ij.
Terræ Lemniæ drachmas duas, & obolos totidem.
Hæc vbi in puluerem redegeris oleo aut melle commiscebis, reponesque, atq. cum opus fuerit, ex aquæ mulsæ cyathis duobus in magnitudine auellanæ dabis.

Hoc loco placuit etiam adiicere medicamentum Regis Daniæ Christiani III. contra morbum caducum, & syrupum S. Ambrosii in febre tertiana vtilem.

CAP. LIII.

Recipe Cranium siue caluariam hominis, præsertim furis suspensi, nulliusque morbi interuentu mortui (nam huic plus efficaciæ, quam reliquis tribuunt) hanc caluariam in craticula tostam ad pulue-

rem redigito. Deinde accipito tria grana Pæonia, atque hæc cum vna drachma prædicti pulueris, & aqua lauendulæ ad quantitatem vnius cochlearis ægroto tempore matutino exhibeto. Postero & tertio die fac idem. Sumet autem ægrotus hunc puluerem ieiuno stomacho; ac tres continuos dies se domi continebit, pauco potu & cibis lenis ac facilis digestionis vtetur, vt sunt oua. Non absre etiam fuerit, vt ægrotus postea singulis diebus mane per aliquod tempus cochlear aquæ lauendulæ exhauriat. Os bestiæ vnicornis etiam contra hoc morbi genus conducit.

Syrupus S. Ambrosii prouocans sudorem & sitim exstinguēs, quo Medíolanenses adhuc vtuntur, vtilis in febribus tertianis.

CAP. LIIII.

℞ Milii excorticati quantitatem conuenientem; decoquatur donec crepet: Deinde recipe vnc. quinque vel circa eius iusculi ebullientis, & infunde vini albi odoriferi vncias duas, & sic calidum da patienti, ac bene eum cooperias; tunc mirum in modum sudabit.

Perstrinxi iam fere breuiter singula quæ ad retinendam sanitatem & cauendos morbos vobis significanda esse iudicaui. Cum autem Cornelius Celsus Medicorum Romanorum Princeps, eadem fere mira breuitate tractet, non possum non vos ad lectionem eius auctoris vehementer adhortari. Quapropter etiam integrum fere capitulū primū libri primi huc adscribere, & tanquā epilogū addere placuit.

Quemadmodum sanos agere conueniat, capitulum I. Cornelii Celsi.

CAP. LV.

SAnus homo qui & bene valet & suæ spontis est, nullis obligare se legibus debet. Hunc oportet varium habere vitæ genus, modo ruri esse, modo in vrbe,

be, sæpiusque in agro, nauigare, venari, quiescere interdum, sed frequentius se exercere, siquidem ignauia corpus hebetat, labor firmat; illa maturam senectutem, hic longam adolescentiam reddit. Prodest etiam interdum balneo, interdum aquis frigidis vti, modo vngi, modo idipsum negligere, nullum cibi genus fugere, quo populus vtatur; interdum in conuiuio esse, interdum ab eo se trahere; modo plus iusto, modo non amplius assumere; bis die potius quã semel cibum capere, & semper quamplurimum, dummodo hunc concoquat; intermissus propter ciuiles aliquas necessitates ordo exercitationis corpus affligit. Concubitus vero neque nimis concupiscendus, neque nimis pertimescendus est; rarus corpus excitat, frequens soluit. Cum autem frequens sit non numero, sed natura ratione ætatis & corporis, scire licet, eum non inutilem esse, quem corporis neq. languor, neq. dolor sequitur. Idem interdiu peior est, noctu tutior: Ita tamen si neq. illum cibus, neq. hunc cum vigilia labor statim sequitur. Hæc firmis seruanda sunt, cauendumq. ne in secunda valetudine aduersa præsidia consumantur. Hæc ille.

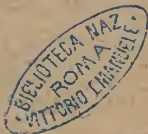
Conclusio. CAP. LVI.

POstquam nunc o filii carissimi recensui quæ profutura vobis ex aliis partim collegi, partim ipse experientia edoctus animaduerti (præscribere vero facienda vniuersa non magis possum, quam præscire omnia euentura) vestri erit officii hæc præcepta, tãquam per manus a maioribus tradita studiose amplexari, memoriq. mente seruare. Inter cætera autẽ hoc nõ extremum præceptum esse arbitror, summo studio eniti, vt quæ quis ex quotidiano rerũ vsu expedire sibi cognouerit, eorũ successum summopere promoueat, eaq. ad felicem exitum perducat. Quod si vero, o filii, abnegata omni impietate, sobrie, iuste-

que & pie viuentes, Deum reuerenter colueritis, magistratus, parentes, præceptoresque vestros obseruaueritis, & in omni vita in aere & motu reliquisque affectibus moderationem & temperantiam, iuxta rationem præfinitam & præscriptam adhibueritis, periculososque casus (citra tamen famæ vestræ iacturam) fugeritis, nequaquam dubito, quin ad grãdæuam senectutem vitam commode producturi sitis, ac filios filiorum visuri. Denique hic labor, hæc vnica vobis cura sit, primum Dei optimi maximi, deinde hominum gratiam & fauorem, honores diuitiasque lucrari, & sanitatem conseruare Quod vt mihi vobisque Deus æternus, qui cuncta superna & inferna libere, pro iusto diuinæ suæ maiestatis arbitrio moderatur & regit, benigne clementerque largiatur, hactenus assiduis seriisque precibus ab eo contendi, & etiamnum contendo, totoque ex animo precor.

FINIS.





GVILIELMI

GRATAROLI BERGOMATIS, MEDICI CLARISSIMI,

DE

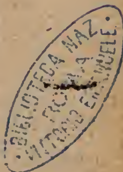
LITTERATORVM ET EORVM QVI MAGISTRATVM GERVNT,

conseruanda valetudine

LIBER

Omnibus, quibus secunda valetudo cura est, apprime vtilis & necessarius.





FRANCOFVRTI
Ex Officina Paltheniana, sumtibus Viduæ
Petri Fischeri. *M. D. XCVI.*



GVILIELMVS GRATAROLVS DOCTOR MEDICVS, EGREGIO Iuriſconſulto & Oratori D. Franciſco Gratarolo, conſanguineo ſuo colendo S. D.



Emo eſt mentis compos, qui poſt animæ ſanitatem, corporis valetudinem, maximum in hac vita bonum eſſe neget: & receptiſſimum eſt carmen illud vulgatum: Optandum eſt, vt ſit mens ſana in corpore ſano: *neq; enim diuitiarum vlla gratia, aut libererum, aut regnorum, demũque virtutes nec vtiles, nec conferentes eſſe abſq; ſanitate poſſunt: id quod etiam ex Eccleſiaſtici cap. 30. ſic legitur: Potior eſt pauper ſanus, & bene valens, quam diues affecto corpore. Sanitas & incolumitas præſtant omni auro, & valens corpus immenſis opibus. Nulla diuitiæ meliores ſunt ſanitate corporis, nec vlla voluptas maior lætitia animi. Nec Plato id ignorauit cum in ſuis legibus bona humana enumerans, quatuor numero, videlicet: primum locum dat ſanitati, proximum formæ, tertium viribus, vltimum diuitiis. Recto quidem ordine ſapientique vſus iudicio vir diuinus, quod intelligeret, demta ſanitate, nullo nobis vſui futura reliqua illa tria bona. Sed heu pudor & negligentia! tam pretioſum & amabilem theſaurũ, rebus omnib. plerumq; negligentius curamus & tuemur: qui tandem non niſi amittendo fere cognoſcitur, idcirco caritate qua præcipue erga pios & ſtudioſos teneor, motus, ac cõtra multorum dicacitatem qui omnes medicos mala tantum quærere, ac pecuniæ inhiare nugantur, compendium iſtud qua potui diligentia, & maioribus, quam res parua præ ſe ferat, laboribus, concinnaui. Cuius cauſſa non ita in Græcorum medicorum placita iuraui (quibus tamen potiorem ac omnem fere medi-*

cinam debemus) quin ex Arabum quoq; præcipuis, veluti ex florib. mellificium apes, quod verum & rationi consonum visum est, selegerim, & quæ iam annis XV. in vsu artis hac in parte obseruaui, adiecerim. Et quamuis huius generis multi ac varii exsistant libri ac libelli, quib. omnibus suus debetur honos; plerique tamen vel nimia barbarie aut superflua prolixitate legentes afficiunt tædio; alii amethodi sunt, vel rerum incertitudine aut nimia breuitate parum prosunt. num vero ego vtile dulci miscuerim, cum iudicium esto penes doctos & candidos lectores, tum opus artificem declarabit. quod potui fideliter præstiti: nec me ita fallit communis φιλαυτία, quin videã potuisse rem elegantius & vberius a doctissimo aliquo nostri temporis scribi. Sed hæc non edidi medicis, (vtpote quibus doctiora & longe ampliora non desunt) at his quibus aliis in rebus & studiis occupatis, longiores medicorum libros euoluendi, & iudicandi haud suppetit commoditas: qui boni consulent conatum meum & bonam voluntatem: quos, arbitror, non pœnitebit emtionis ac lectionis huius libelli. Sed cum pene omnis elucubratio suos habeat Zoilos & detractores, nec deessent sub quorum nomine ac tutela hanc etiam emitterem, te, quo neminem ab ineunte ætate cariorem fere habeo, elegi: qui (cum alias etiam sis magnarum iustarumq; caussarum patrocinio assuetus) hoc paruum opus a calumniis æmulorum assereres: vt qui inter Iuris peritorum eloquentissimos, & eloquentium iuris peritissimos, in ista multis nominibus ampla Venetiarum ciuitate, fortasse nemini aut paucissimi secundus dicaris & exsistas. Nec vero defuturum tibi in rem medicam amorem puto, qui ex ea natus sis familia, & affinitate cum ea etiam coniunctus, quæ multos iam diutissime habuit, & nunc magis habeat non triuiales aut empiricos, sed absolutos & claros medicos: ex quibus quos memoria teneo breuissime recensebo, vt iuniores in familia nostra ad imitationem accendam, non quod in gloriam non affectem, cum in sola CHRISTI seruatoris nostri cruce ac cognitione sincera (inuito satana & mẽbris eius) glorier. Atq; vt a tibi coniunctioribus incipiam, claret istic excellentissimus D. Hieronymus Gratarolus socer tuus, qui vel

solo

sola veneranda præsentia ægrotantes (nimirum curabiles) in sanitatem, nedum in spem, reducit. Hunc sequitur illius handquaquam degener filius Antonius, auum suum paternum, ob praxim suam adhuc in multorum memoria hærentem, re & nomine referens, ac facile (Deo adiuuante) superaturus, cum & studiorum politiorum, & rerum omnium necessariarum commoditates nactus sit, ac iam lauream adeptus. non silebo diutius patrem meum Peregrinum Gratarolum, philosophum ac medicum talem cui non in patria modo satis ampla & doctorum numero celebri, sed etiam vicinis in regionibus pauci essent æquales, superior fortasse (pro ratione ætatis) nemo, idq; eorum qui illum nouerunt testimonio non meo, quod aliquibus suspectum videri queat, is pestifero illo anno 28. supra sesquimillesimum, cum ob nimios (multorum precibus petitus) ac sedulos in actu medendi labores erga plurimos conciues Bergomi in grauissimum morbum incidisset, qui caput maxime obsidebat, nec se ipsum in eo genere morbi iuuare posset, a quo plurimos parũ antea in sanitatem asseruerat, accersitis nonnullis aliis medicis, tandem intra 14 dies obiit, ætatis suæ anno, ni fallor 56 an vero vi morbi, aut fato, aut alia caussa, quam dicere supersedeo, Dominus nouit ante meum ortum celeber fuit medicus & grauis, Simon Gratarolus auus Simonis nunc Iure consulti elegantis, ac non paucis virtutibus in hac prima iuuenta præditi: nec prætereundi sunt duo istic iuuenes germani fratres Ioannes medicus, & Pasquinus Iurisc̃osultus, quos nullis vel laborib. vel impensis parcere arbitror, vt in dies magis atq; magis, tam grauibus professionibus respondeant. Sed faxit Dominus Deus & pater æternus, vt nõ minus Christiana fide, spe, ac caritate crescamus, quam diuitiis, & mundi fluxis, ac tandem vanis honoribus: vt in die illa impiis omnibus & incredulis tremenda, acceptabiles compareamus. Bene vale, ac me sinceriter amantem, cum tuis omnibus perpetuo redama. Ex inclyta Basilea Kalend. Martiis.

M. D. L V.



GVILIELMI GRATAROLI DE LITERATORVM CONSERVANDA VALETVDINE LIBER.

PROOEMIVM.



Tante omnia quodnam hoc in opere meum sit officium, & quid in summa præstare velim, pateat: præmittendum breuissime censeo, indicationes medicas á quatuor sumi capitibus, nempe vel a sanitatis natura & caussis eius, vel a corpore sano: vel a natura morbi suisque caussis & corpore affecto: vel a medio seu a quibusdam communibus Indicatio autem nil aliud est, quam nota iudicans quid agendum secundum rationē a rei natura, cuius gratia vel agimus, vel affectum curandū sumimus. Quæ a natura sanitatis, & a corpore sano sumuntur, vnam habent communissimam indicationem, bipartitam tamen, conseruationem scilicet & præseruationem: conseruationem quidem cum corpus est, exquisite sanum: (quale raro contingit) præseruationem vero cum corpus iam incipit in deterius labi: hæque quæ indicationes ac communes medicinæ ad nos in

præ-

præſenti opere pertinent: nam cum conſeruatio & præſeruatio vel ad Gymnaſticum vel ad medicum pertineant, ac Gymnaſtica ars noſtris temporib. deſierit, ad medicum ſolum pertinebunt, vt etiam Galenus in proprio hac de re libello, tum alibi voluit. Aliæ indicationes quæ a natura morbi eiuſque cauſis & a corpore affecto ſumuntur, quę res ſunt præter naturam, quarum communiſſima indicatio eſt correctio & ablatio, ad medicum morborum curatorem ſpectant. Mediam autem illam communiſſimam quandoque conſeruationem, quandoque ablationem, indicant cauſſæ non naturales, nempe aer, cibus & potus, motus & quies, inanitio & repletio, ſomnus & vigilia, & animi ſymptomata: quibus adduntur ætas, temperatura, conſuetudo, ars, & natura propria ſiue indiuidualis. Sunt autem media, quia quandoque conſeruationem indicant, quandoque ablationem: ablationem quidem, cum exempli gratia, aer ægritudini aduerſus eſt: aut enim alteratur cum contrariis, aut mutatur: ſi vtilis, conſeruamus cū ſimilibus, ita, cū ſanos conſeruamus facimus. Cōmunes ergo ſunt iſtæ indicationes, quia tam conſeruator aut præſeruator ſanitatis, quam ægritudinum curator, his vtitur. Meum igitur hic conſeruationis ac præſeruationis munus aggrediens, ſequar præcipue illarum quinque rerum ordinem Hippocraticum, quem Galenus cum alibi, tum in ſecundo De tuenda ſanitate recenſet: ſunt autem, labor, cibus, potio, ſomnus, venus: in quibus, modo ac ordine adhibitis, ſanitatem potiſſimum conſiſtere, hi duo medicinæ patres aſſeruere. illis quinque, Deo iuuante, addam acceſſoria res alias non naturales, & quæcunque ad præſens negotium vtiliora eſſe videbuntur. De labore itaque ſeu exercitio narrationem, inuocato æterni patris per Chriſtum auxilio, incipiamus. Hæc pauca prætermittentes. Quod cum ho-

minum naturæ sint numerosæ, diuersam quoque victus & exercitii rationem postulant: ac proinde sicut (inquit Galen.) fieri non potest vt vnum calopodium ad omnes homines sutor accommodet, ita nec medicus vnam omnibus vitæ speciem quę conducat potest accommodare. Nonnulli siquidem sunt, qui si triduo se ab exercitatione abstineant, protinus ægrotent: alii in perpetua fere quiete degentes, tamen secundam tuentur valetudinem: & in aliis rebus similis reperitur diuersitas. Cum autem vt corporum ipsorum numerosa diuersitas est, ita vitæ rationum quibus viuimus, sint species diuersæ fieri nequit sane vt in qualibet proposita vita absolute optimam corporis nostri curam exhibeas, sed eam tantum quæ cuique optima sit. Quare omnibus iis qui aut seruitute, aut etiam impediti negotiis, corpori curando vacare nequeunt, optimam prorsus corporis curam scripsisse, superuacaneum fuerit. iis autem qui omni modo liberam vitam degunt, præcepisse fas est, quemadmodum victuri sint feliciterque & diutissime. Porro quod simplex inculpatumque in omni genere est, id cæteris omnibus ceu regula quædam præponi postulat. Ac simplex inculpatumque in corporibus quidem est (velut Polycleti regula) quod optimo est habitu: in vitæ generibus, quod omnino liberum est. Vt aliquis etenim in longissimum prolata vita, etiam bona valetudine perpetuo vtatur, is liber oportet sit ab omni negotio publico, nimirum sibi viuens duntaxat, solique indulgens corpusculo. Etenim immortale fieri quod genitum est, plane non potest: vt vero in longum perduret tempus, id maxime fieri potest. Nam qui optimum (ait Galenus) sortitus est corporis habitum, si ab omnibus quæ ad publicum in vita spectant, secedat, sibique tantum vacet, nec morbo vllo quoad fieri poterit vnquam tentabitur, neque ante longissimum

5. De tuē. da sanit.

Aliorū omnium regula.

Quinam diutissime viuant.

ſimum vitæ tempus morte occupabitur. Sed quis non modo inter Chriſtianos, verum etiam inter Ethnicos & Epicureos tam vecors eſt, vt ſibi ſoli natū ſe eſſe putet, neque vnquam aut publici aut priuati alicuius cura illi ſit? His certe (ſi qui ſint,) non ſcribimus: ſed illis, qui quod ſupereſt temporis a legitimæ vocationis munere, curando corpore modeſte impendunt, vt hominis proprias actiones integrius obire queant: non vt animum corporis voluptatibus ſeruire cogant, tanquam aliam ſupereſſe vitam minime credant, atque idcirco ſolum curando corpori vacent, quibus Galenus in libris ſex de Tuenda ſanitate ſatis faciet, qui tam longa ſerie & exquiſite artem præſcribit, vt ne inter principes quidem liberrimos & potentes & otioſos, vix puto aliquem reperias qui omnia ſua, alioqui ſaniſſima præcepta obſeruet. Quæ ſcribimus omni fere ætati conducent, pueritia & ſeneċtute vltima exceptis. quiſque quod ſibi opportunum eſt, & commodum accipiat quantum poteſt. Ad ordinem igitur propoſitum redeamus.

Non ſolū nobis nos naſci.

Quibus ſcribatur hic liber.

De exercitio ſeu Labore.

QVoniam magna pars conſeruationis ſanitatis in opportuna corporis exercitatione cōſiſtit, vt Auicenna, & ante ipſum Hippocrates & Galenus ait, obſeruanda in primis exercitatio eſt. Laudatur autem cum ob alias cauſſas, tum vel maxime quod opportune facta, prohibet ne repletionis materia congregetur, & corpori leuitatem præbet: quin etiam innatum calorem & ſeruat & mirifice excitat, totiuſque corporis vires inſtaurat, & omnes virtutes roborat. etenim tenuem calorem amplificat, & ſuperfluitates quæ paulatim congeruntur, quaque die diſſoluit, & ad loca vnde egredi ſolent, adducit: tum membra ad ſuſcipiendum alimentum aptiora reddit; propterea quod excrementitias materias ab eis

Exercitii cōmoda.

nius Fumanellus Veronensis. Dabis igitur pie lector operam (in Dei gloriam & proximi commodum) vt floridissimos consistentiæ annos incolumes cum tua prudentia, tum etiam nostro consilio transigas: hæc namque ætas flos vitæ dicitur. Transiges autem, si quæ a maioribus nostris præcepta, & hoc compendio per me notata sunt, diligenter obserues, quorum potissimum exercitatio est. Quare recte Galenus, omnes amicos suos qui diligentem exercitii curam habuere, semper sanos fuisse testatur. Sed quoniam non quoduis nec qualibet hora opportunum & laudabile exercitium est, de tempore quo peragendum est, deque illius generibus tractare iustum est. Tunc hora, vt inquit Auic. corpus exercendi peropportuna est, quando in eo ipso corpore quod exercendum est praui humores non exsistunt, quos exercitium per agitationem, & calefactionem per corpus dispergat, aut ad membrum aliquod princeps aut principi ministrans, aut aliam corporis partem declinare, vel intendere & putrescere faciat. Ad hæc alui & vesicæ excrementa priusquam te exerceas, deposuisse, & cibum ante assumtum concoctum in ventriculo esse, operæpretium est. Nam & Hippocrates præter rationem ipsam præcipit vt labores cibos præcedant. Quamobrem post cibum cauendam exercitationem puto quoniam & accidentia animi fortia, & motus corporei fortes concoctionem impediunt, putredinisq; caussa sunt: quamuis leuem ambulationem, vt cibus ad imam ventriculi partẽ accedat, (vbi melior fit cibi concoctio) profuturã arbitror. Posteaquã vero cibus e ventriculo egressus est, nec tamen fortior adest fames, tunc cõpetens hora exercitii est, æstate quidem in exortu solis, ne duplici calore afficiatur corpus: primo autem vere & autumno duabus post solem exortum elapsis horis, vt frigus matutinum vitetur. Vt enim meridianus calor noxius est,

Exercitii tempus.

6 Epid. Par. 4. Aph. 28. & Gal 5. De tuenda sanit.

Anni partium exercitium. ita matutinum frigus autumno præsertim & hieme, fugiendum est, quamquam & domi simulatque de lecto surrexisti, exercere te valeas. Hieme vero, tepefacto aere in domo, aut in operto quouis loco & circa meridiem, exerceri Auicenna præcipit, ne commoda exercitii tollat frigus, aut impediat: nihil enim virtuti regitiuæ totius, frigore infensius est: præsertim cum maius quoddam excalfacto corpori repente accidit. Cum vero plura sint exercitii genera, ea potissimum quæ cognouero esse præstantiora, & magis his quibus scribo opportuna, commemorabo. Primum itaque deambulatio occurrit, quæ frequentius præsto, tum leuis & fortis exercitatio esse potest. *Deambulatio.* Nã si leuis motio & plana sit, debile exercitium est, quo feruidis mensibus & prima autumni parte vtaris, quoniam per hæc tempora calor aeris & siccitas præualet: non igitur (præcipue bilioso homini) motione forti magis inflammandum, & exsiccandum est corpus: & profecto nullum est tempus quo minus æstiuo exercendum sit corpus: quamobrem quiete potius (in regione calida) quam forti exercitio est opus: *Æstas.* quoniam nihil est quod innatum calorem adeo incendat sicut labor & motus. iterata vero perdiu & absque interposita mora fortiusculũ exercitandum est, quod verno tempore agendum est, quia vernum exercitium iure optimo maius quã æstiuum esse debet. *Ver.* Vnde longiorem ambulationem, suauem tamen, peropportunam hoc tempore arbitramur: longiorem quidem, vt superfluitates quæ per id tempus antecedente hieme congestæ sunt facile resoluat: Leuiorem autem, ne calefaciat, & nimia agitatione homines feruere (præsertim calidioris temperaturæ) faciat: id namque leuioris & lõgioris exercitationis genus calidis & humidis corporibus plurimum conuenit. Fortis autem ambulatio & maxime per ardua atque inæqualia, vt per scalas.

ſcalas aſcendendo & deſcendendo iteratis vicibus, ita vt anhelitus magnitudo & frequentia adſit, verum & laudabile exercitium eſt, quo per frigida & humida tempora exerceare liberius. Eſt alterum exercitationis genus, de quo ſcripſit Galenus, ſed grauibus & occupatioribus viris, capitique læſo inopportunum, qui ludus paruæ ſphæræ ſeu pilæ dicitur, in hoc enim ludi genere omnia corporis membra & ſingulæ partes æqualiter mouentur: ſed capiti obeſſe ſolet, quoniam deprimi frequenter euenit: idcirco dum luditur, ſtare, & caput erectum tenere oportet: id quod inſtrumento quodam quod ex reti & ligno in circulum ducto fit, quo pila ludendo excipitur, fere conſequeris. Accedit ſuauiſſimæ exercitationis genus, quo opportune ruſticando vti poteris. Equitatio namque laudatiſſimum exercitium eſt, capiti & ventriculo ac inteſtinis maiorem in modum conferens, quod priſcis & poſterioribus pergratum ſalubreque extitit. Laudo autem exercitium, quod ab Auicenna ad trahendas materias a capite ad inferiora, traditum eſt: fit autem in hunc modum. Ligato ligno in fune trabi infixo, appenſis manibus, ita vt a terra leuatus ſis, pedes mouendo te exerceas. Verumtamen optime purgatum ſit corpus neceſſe eſt, ne forte ſuperfluis humoribus ad imas partes detractis, abſceſſus contingat: Luctam vero, ac Palæſtram, & ſaltationes, quæ inter fortia exercitii genera numerantur, vtpote publico aut ſtudioſo viro minime congrua, non pertractabo. hic tantum obiter hoc non prætereibo, eos exercitatione vti debere vehementiore, ac contentiore deambulatione, qui valentioris alimenti cibum ſumſerint, nempe venatu, palæſtra, curſu, diſco, pila, parua: & ſummatim quodcunque exercitationis genus his conuenit, quod reſpirationem vehementiorem concitare poſſit, ac calorem augere, tenui quodam

Deambulatio fortis.

Parua pila ludus.

Equitatio.

Exercitium pro capite.

Lucta.

Exercitium fortium quibus conueniat.

ſudore humectam cutim perfundere. Etenim exercitatio acuta corpus tenuat: contraria craſſius reddit, multa corpus ſiccat, mediocris obeſum præſtat. Iis autem qui tenui victus ratione vtuntur, ſatis erit etiam breuior deambulatio. Sunt vero alii qui impenſe calido temperamento ſunt, & qui exercitari prorſus non debeant: ſed abunde his ſatis faciant inambulatio, balneum, & mollis ex oleo frictio, graciliores namque tales ſunt, & bilioſi admodum. Illud perpetuo obſeruandum, vt tantiſper ſe quis exerceat, dum nondum laſſitudinem exercitatione contrahat, quam ſi ſuboriri perſentiſcat, deſiſtere conuenit: ita enim corpus cum ſuis partibus exercendum eſt, ne excrementitiæ materiæ, quæ augeri per otium ſolent, congregentur: quum vero ſudor apparet, laborque (vt dixi) non leuis in motu percipitur, ceſſandum ab exercitio, ſudorque abſtergendus eſt: tum paulo poſt quietem, reficiendum eſt corpus, ipſis namque exercitationibus, ſicuti & cibo & potui, aliiſque rebus menſura congrua adhibenda eſt, quæ rem ipſam neque vltra quam par ſit, protrahat: neque etiam de illa adimat: quia exceſſus diſſoluunt vires: defectus vero tantum de vtilitate adimunt, quantum ipſi a recta menſura deficiunt. facultates enim noſtræ robur ſibi comparant, ſi moderatis cōgruentibuſque exercitiis foueantur. Sed leuia exercitationis genera, quæ vix nomen exercitii merentur, tum quæ partibus corporis opportuna ſunt, quam breuiſſime perſtringamus: quorum primū iam antea explicatum eſt, ſuauis inquam deambulatio: cui fricationes accedunt, quæ conualeſcentium & ægrotantium interdum exercitia ſunt: non enim ſanis ſufficiunt. vt Plato in Timeo elegantiſſime, quē Galen. ſecutus eſt, docuit, eas vero profuturas cū in diuertendis a capite vaporibus ad extremas partes, tum in aperiendis meatibus vt facile diſflentur materiæ

Quinam exerceri non debeant.

Exercitii terminus.

Quid post exercitiū fiedum.

Congruā in omnibus mensuram requiri.

Leuia partium exercitia.

Fricatio.

teriæ subtiliores, credimus. Quinimo veteres ante & post quodlibet exercitationis genus adhibere fricationes & vnctiones consueuerunt: ante quidem, vt apertis perfricationē meatibus, facilius exire possent materiæ: post vero, vt quæ egressa materia est, abstergatur a cute, & quæ in carne retenta est, dissoluatur: quę mihi res summopere cōferre videtur. Itaq. te hortor vt priusquam e lecto surgas, pectus dorsum & ventrem leuiter, fortius autem brachia & tibias manibus aut linteo calidis fricari facias: aut tu ipse quas potes partes fricando, te exerceas. Nam ea frictio cōcoquit etiam crudum succum, simulq. corpoream molem animalis nutrit. quin etiam si contigerit sudor post exercitium, abstergi cum leuiori fricatione facias. Dura porro frictione ligari corpus, molli solui, multa extenuari, mediocri crassescere, auctor est Hipp. Iuuerit etiam quando itur dormitū, si forte capitis grauedo adsit, tibias & manus fricare atque comprimere ita enim vapores qui superiora petunt ad inferiora deriuantur. Vespertina insuper totius corporis frictio iis vtilis est, quos vel lassitudo valida premit, vel siccitas male habet, vel atrophia macerat: cui tamen olei perfusio temperati, seu inunctio, subsequi debet: nisi vngendi antiquorum mos exsoleuisset cum multis aliis rebus Oleum siquidem non solum post, sed ante frictionem etiam in apothera peutice seu recurarrice frictione post exercitationem ac lassitudinem adhibebant, quod ad velocitatē frictionis conducit, remittit tensi, simulque mulcet ac mollit mēbra defatigata. Leuissimū item exercitationis genus & aptissimū est, vehi nauicula. Sed motiones quę partes quasdā exercent, pręter fricationes, particulatim percenseamus. Arcū manibus cōtrahere, lapides aut quæuis grauia sedēdo aut stādo iacere, brachiorum & vicinarū partium exercitiū est, quamquam in hoc totū etiam corpus exerceri posse

Frictio in vespe-ri quib9 conferat.

Olei vsus in frictione.

Varia partium exercitia.

videtur. Vocem autem humilem primo, deinde altam legendo mittere, linguę, gutturis, pectoris, ac pulmonis exercitatio est: quę etiam ventriculo conferre solet. Capitis vero exercitium præcipua cura obseruandum est, quoniam cerebrum inter cæteras corporis partes frigidissimum est: seruandus igitur omni industria est suus calor innatus, & ne multitudine superflui obtundatur, diligentiore opera vigilandum. Itaque velim quotidie dum e lecto surgis, depositis alui & vesicæ excrementis, fricationib. adhibitis (vt monui) petiis lineis mundis, siccis, parum calidis, ab anteriori parte versus posteriorem caput fricando exerceas, sintque primæ fricationes leues, quibus fortiusculæ succedant, tum pectine anteriore pręsertim & superiore capitis parte retrorsum trahēdo, & rursus petiis (seu linteolis) caput mundando vtendū est: quæ si puluere ligni aloes vel caryophyllorum & rosarum siccarum suffiātur, cerebro ac sensibus longe magis conferent. Equidem præsentaneum auxilium ex fricatione & pectinis vsu percipies: Naturalis enim calor excitatur, meatus aperiuntur, quibus obstructis materiæ retinentur & cerebrum patitur: adapertis vero difflantur materiæ & vapores, cerebrumque syncerum & validum redditur.

Capitis cura habenda.

Inualuit opinio apud multos præsertim vulgares homines, caput non esse abluendum, habentque vulgatum sed minori ex parte verum carmen, *Sæpe manus, raroque pedes, caput vero numquam*: quibus breuiter dico, ea pręcipue capita lauari debere quę cerebrum habent humidum: vel eorum qui comam nutriunt, in quibus superfluitatum interiorum expulsio retinetur ob capitis & capillorum immunditiā, quę non parum nocet, cum vaporum ac fumorum, poros obstruendo, egressiones resolutionesq. impediat: quę sordities per cōuenientem capitis ablutionem remouetur, ob ea incommoda dicebat Auicenna non

Capitis lotio.

na non conueniens esse capillos aut barbam prolongari permittere, quod sorditiem terrestrem crassam obstruentemque circa radices retineant, nisi bene a sorditie mundentur. His igitur præcipue ac etiam illis qui lauari consueuerint, bene calida vt lauentur Auenzoar præcipit: rosarum vero siccarum pugillus & ligni aloes nec non florũ chamæmeli, aut betonicæ in frigidioribus si tantillum ea in aqua vel lixiuio debili infusum fuerit, certe præstiterit, (qui caput debile aut frigidum humidumque ac memoriam inde læsam restaurare voluerit, optima & facilia remedia reperiet in opusculo meo De memoria reparanda edito,) statim vero atque lotum est caput, lineis linteolis mundis ac siccis tum calefactis diligenti cura siccandum, beneque muniendum est ne vento aut frigore lædatur. Ego tamen non lauare, hieme potissimum aut sæpe satius duxerim, iis præsertim qui absque capillis vt plurimum degunt, frequẽti tamen vsu fricationes iam dictæ, & pectinis ministratio habendæ sunt: quoniam præter iuuamenta quæ diximus, maximum etiam visui præsidium afferunt. Visus autem peculiare exercitium est res minutas & luminosas non sine mensura aspicere: quamquam in canticis Auicenna exiles figuras & confusas, tum subtiles & minutas literas inspiciendas non esse existimet. Auditus vero exercitium est sonos lenes, interdum etiam magnos audire. Sed a fortioribus obiectis vt in hoc sensu, ita in aliis cauendum est. Quoniam vt Aristot. ait, excellens sensibile corrumpit sensum.

Can 3. Fen.3. cã. de ophthalmia.

Visus exercitiũ.

Auditus

Exercitii vices supplet aliquando balneum, vel aereum, vel aqueum in aqua dulci: nam de mineralibus aquis quæ thermæ dicuntur, nihil dico, cum ad curationem morborum potius spectent, aereo vtantur ieiuni qui crassiores sunt, & concoctis superfluis humoribus, aut excrementis abundant, aqueũ

Balneũ.

vero graciliorib. magis conueniet, cuius vsus varius est pro intensiori aut remissiori caliditatis gradu: de quo Galenus sic inquit, Dulcium calefactarum aquarũ si temperata sint, vis calida & humida est: Sin tepidiores sint humida & frigida. Quód si iusto calidiores reddantur, calida quidem, sed non perinde humida. Quippe horrere corpora, contrahique exiles eorum meatus cogunt, ita vt neque madescere ab extrinsecus accedente humore possint, nec excrementi quod intus latet, quicquã emittere, ac paulo post: Balneum si probe adhibeas, ipsum quoque apotherapiæ pars fit. Nam duras tensasque partes emollit, excrementum, liquamentumque, si quod intus ad cutem hæret, euocat. Qui corpore constant carnosiore, aut collectorum humorum multum circũferunt noxam potius cõtraxerint intempestiuo horum vsu. Quibus tamen ipsis si euacuentur prius, iam impertiri hac iuuamentum suum queãt, vtpote quæ meatus irrigent, atque expediant, satisque per halitum digerant. Sed quemadmodũ in aliis rebus moderatus vsus immoderato anteferendus videtur: ita se quoque habet balneorum ratio, quippe haud quaquam præpropere iis vti oportet: potissimum si ex continua cruditate qui lauatur humores coaceruauerit, aut paulo ante cibis se expleuerit. Siquidem cibi nondum concocti, humoresq. crudi accumulati, caloris ad cutem impetu, vna & ipsi properãt: quo fit, vt inde in posterum, quod crassiores facile simul egredi nequeant, obstructiones succedant. Ad hæc in vehementioribus frigoribus, & anni tempore æstiuo, æque sunt fugienda, nam hieme, dissoluti qui antea quiescebant humores, dum inter digerendum a contrario anni temporis impetu, in incautos validius irruit inuaditq. frigus, in necessariam aliquam partem impelluntur ac morbum ibi creantes, grauiter hominem offendunt. Æstate vero media cũ iam

3. de Tui de sanit. ca. 3.

Quando noceant balnea.

ardor

ardor viget & calor ad externa propensius fertur: bal nei vsus, reliquum quod est caloris dissipat, ac internas ita facultates debiliores efficit. Quod si locus ætasque hominis consenserint: multo iam impensius sunt vitanda. Siquidem conuenientem oppertunumque balneorum vsum maxime auxiliari est persuasum: (Nihil enim æque concoquit, aut malos succos discutit, vt somnus a balneo:) at contra obesse, prout alieno tempore, cunque minime conuenit, vti contigerit. Porro de frigidis lauacris, hoc est sermoni annectendum, ea insuetis, ceu plus lædentia quam iuuantia, esse fugienda: præcipue si occasio magni æstus & fortis iuuentutis ætas non suaserit, sed is qui vti volet, gracilis & subfrigidus fuerit; namque in eiusmodi, frigus promtius ad profundiora penetrat, ac succos quodammodo cogit, neruosque ad motionem ineptiores reddit, vt taceam, quod interdũ in affectus his deteriores, qui timere frigida se abluũt, incidant: atque inter cæteras optimum corpus quoad augescit, frigida lauandum non est, ne eius incrementum moretur. Vbi vero abunde est auctum, tum frigidæ quoque est assuefaciendum, vt quę & illud roboret, & cutem duram atque densam efficiat. Tempus autem ad id percommodum, est æstatis initium, vt ante hiemem, toto interposito tempore consuetudo minime spernenda inducatur, incipiat autem in die calidissima, & loco æque calido.

Balneum frigidũ.

Frigida lotio quibus & quando cõueniat.

NVnc de cibo & potu agendum est. Principio illud obseruasse contulerit, vt simpliciore cibo vescaris. Simplex etenim cibus vtilissimus est, pestifera autem varia diuersaque ciborum genera. Vnde veteres qui perdiu sani vixerunt, teste Galeno & Auicen. vnis epulis carnes, alteris panem solum comedebant. Nolim tamẽ vni cibo te, præsertim si iunior sis, assuescere: quoniam Galen. illum Hippoc. Aphorismum explicans, Quæ ex longo tempore consueta

Cibus.

2. sect. aph. 5.

sunt & si deteriora sunt, insuetis minus molestare solent: oportet igitur ad insueta permutari: ait, non debere nos vni rei addicere, ne ab eo more discedētes, labamur in morbos. Et Cornelius Celsus sanos vti victu populari debere consulit Nimiam tamen ciborum varietatem fugere profecto rectius & salubrius est: quia plurimum laborat stomachus seu vētriculus dum variæ naturæ cibaria concoquenda occurrunt. Humida vero siccis, & frigida calidis, & frigidis calida, tum acribus dulcia miscere concessum est. Cæterum qui cibi in omnis excessus mediocritate consistunt, ii omnium commendatissimi sunt. Eius generis panes optimi habentur: præterea gallinarum gallinaceorumque carnes nec non phasianorum, perdicum, attagenarum, columbarum iuuenum, merularum, turdorum, turturumque, & similium passerculorum. Pisces item saxatiles, pelagici, littorales, gobii, murænæ, percæ, & simpliciter omnes, qui neque insuaue, neque mali odoris, neq, glutinosum quicquam gustu repræsentant: de quibus infra particulatim scribemus. Dandi tamen cibi pro corporum diuersitate sunt: quibus enim sanguis est admodum melancholicus, humidi calidique cibi sunt dandi: quibus vero biliosior, frigidi & humidi, verum vbi pituitosus exsistit, cibis tūc opus est qui calefaciendi siccandique vires obtineant. Sanguis porro fit optimus, a modica exercitatione, & cibis tum boni succi, tum iusto tempore modoque assumtis: præterea potione tempestiua, modiceque assumta. Nihil autem in cibariis omnibus àd bonā succi generationem tam pertinet, quam si probe in ventriculo concoquantur: hæc siquidem & secundam, quæ in iecore & venis fit; & tertiam, quæ in particulis quæ nutriuntur, perficitur, facilius concoctionem admittunt. Seruandus itaque est in sumendis cibis ordo conueniens, vt stiptico & duro lubri-

Varietas ciborum fugienda

Cibi qui commendentur.

Cibi vt variādi.

Sāguis vt fiat optimus.

cus & humidus anteponatur: tum qui facilioris est coctionis ante eum sumatur qui tarde concoqui solet: vt oua sorbilia ante carnes, anteque panem & alia id genus sumenda sunt. Similiter qui suapte natura facile corrumpitur, vt lac, pariter humidiores fructus, de quibus in sequentibus disseruimus. Nam cum cibus facilis concoctionis post eum sumitur qui tarde concoquitur, ad intestina transire nequit, sed a prius sum'o detinetur. quamobrem diutius quam par sit concoctus cibus ventriculo immoratur, & corruptioni aptissimus est: quæ res bonæ valetudini maximum affert incommodum. Sunt tamen quædam ciborum genera paruum inter se discrimen coctionis habentia, quemadmodum gallinæ & lactentis vituli, tum pulli gallinacei & hœdi, nec non vituli maioris natu & iuuenci carnes. & nunc nihil impedit, si quæ duriuscula sunt ad concoquendum, ante alia sumantur, quæ paulo leuiora, proxima tamen illis sunt. Hæc (vt arbitror) fuit Galeni sententia: nec sine ratione, quoniam grauiores ad concoquendum cibi potentiore vi indigent vt concoquantur. confessum autem ab omnibus est inferiorem ventriculi partem superiore & media in concoquendi munere potentiorem esse. Itaque difficilioris coctionis cibi ante eos sumendi sunt qui tantum ab illis distant in facilitate concoquendi, quantum potentia imæ partis ventriculi in coquendo a prima distat & media: quod discrimen iudicio periti medici committendum est. Primum igitur iuuenci carnes ante vituli maioris, hœdi lactentis & vituli minoris, post vituli maioris carnes comedi; columbacei vero pulli, nec non gallinę & capi ante perdices & pullos gallinaceos recte edi possunt, nec timor est eas corrumpi in ventriculo, tum quia non facile corruptibiles sunt, tum quod eadem fere inter cibos in facilitate & difficultate coctionis,

Ordo ciborũ seruandus.

Quæ cibaria simul sumi queant.

quæ inter superiorem & imam ventriculi partem, ad concoquendum proportio esse videatur. quapropter eodem tempore coqui possunt in ventriculo, quia grauioris concoctionis cibi ad inferiorem potentioremque partem, leuioris ad imbecilliorem missi sunt. Illud præterea monendum est, ne crudiores cibi edantur, sed omnia diligenti artificio & coctione parentur. Cauendum tamen ne cupediis aut lautioribus condimentis illiciatur ventriculus ad nimium cibum: quippe cibus sua copia onerans, etiamsi boni fuerit succi, cruditatem alui, profluuium, & vomitum generare solet. Parcior vero quam necessitas exigit, caussa est, cur corpus non alatur, & imbecillum fiat, nec amplius cum pristina facilitate solita obeat munera, quod corpus inane reddatur, neque spiritui sufficiens alimentum suppeditet. Quippe vt largior nutritio nocet, sic abstinentia omnimoda, nauseam inducit, ventriculum lædit, resoluit vires, ac prauum succum accumulat. Et quemadmodum praua victus ratio segniores nos, ac mente retusa: eodem sane modo, quæ accommoda sit, perspicaciores atq. ad intelligendũ aptiores facit. Sed in vniuersum hęc notata sint. Nunc sigillatim cibi & potus genera tractanda sunt ac primo panis occurrit a pascendo (vt inquit Nonius) dictus. Vescendũ pane triticeo est ab extraneis rebus purgato, locoq. salubri collecto, qui conuenienti fermento confectus, modicoq. sale cõditus, tum bene agitatus manib. beneque decoctus, nec tamẽ exustus sit, eodem vero quo factus est die, posteaquam calorem ab igne conquisitum amiserit, Auenzoar comedendũ pręcipit, quod in sanitate conseruanda plurimum posse putat: supra vero diem vnam comedi vetat, quoniam suã temperatã complexionẽ amiserit & quanto magis induratur, tanto grauioris concoctionis efficitur. Auicenna tamen debere per noctem vnam panẽ manere ante

Cruda nõ edenda.

Non nimiis irritãdus appetitus.

Parcioris cibi incõmoda.

Extrema etiã vitanda.

Panis.

quam edatur, opinatus est: quamdiu vero calidus est, vitandum putat: quoniam a natura (vt Auicenna ait) receptibilis nõ est, tũ sitim sua caliditate facit, ac propter vaporosam humiditatem natat in ventriculo, tardeque descendit: quinetiam calorem extraneum immittit ventriculo, eique dominatur & officit. vitandus igitur calidus est, & qui duos dies æstate, hieme vero tres attigerit. Neque oportet nos in purgãdis seminibus, quæ ad esum comparantur esse negligentes: persuasos, etiam si noxam quæ quotidie fit, ob exiguitatem sensu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipsa aceruatur, (vt in multis rebus aliis fit) tandem erupturum. Posteaquam de pane egimus, quem Homerus medullam hominũ vocitat, ac sacræ literæ cor hominis confirmare dicunt: nunc de vino, quod ab eodem robur hominum dicitur, ab hisdem vero cor lætificare, agendum est.

Semina ante molitionem purganda.

Vinum.

EQuidem in vino sita vis maxima est, variosque & magnos effectus e vini potu nascentes, cùm ab Aristot & Galeno, tum a posterioribus medicis annotatos cernimus inter quos præcipuus cum breuitate ac postremo fuit clarissimus ac diligentissimus And. Matthiolus Senensis medicus: cuius nulla verba refero, ne commẽtarium ex commentariis frustra faciam, meque alienis plumis ornem, præsertim cum eius libri omnibus & vbique fere sint expositi. Nam (vt succincte rem expediam) Vinum quod bonum est si moderate sumitur, copiosum & substantiæ mediocris, tum vehementis luminis & splendoris generat spiritum: ideoque & confortat ipsum; & animum recreat: quapropter non immerito maximam lætificandi & conseruandi vim obtinet. Immoderate vero sumtum (vt hoc tempore a plurimis vbiq fit) maxime noxium & plurium morborum caussa est: etenim cerebrum sensusq omnes & neruos aperte

Com. Diosc. lib. 5. cap. 7.

Moderati vini vtilitas.

Immoderati nocumenta.

lædit totumque corpus nimia humectatione conficit, idcirco & temperate bibendum, & e meliori genere ac loco diligendum est: quod vt assequaris, nõnulla vini genera (neque enim omnia possum, nec ratio compendii patitur,) quæ meliora habentur & sunt, perstringamus. Vinum præ cæteris eligendum illud est, quod nec vetus nimium, nec recens admodum, sed inter nouum & vetus medium est, tum bene purgatum & clarum, quodque ad colorem vergat rubeum, seu ad citrium, tum bono sapore, nec non suaui odore præditum sit: tali inquam sapore præditum sit qualem gustus nec acrem valde nec dulcem percipiat, res namque acres & ponticæ, pariter & dulces, obstruunt facile: illæ quoniam constipant, hæ vero quia inconcoctæ, & præcipue vinũ, ad membra & venas transeunt. Vt putarit Auerrois (licet in re medica non multæ sit auctoritatis) statim atque bibitum est vinum ab hepate inconcoctum trahi. Vinum præterea album, subtile, æstiuo præsertim tempore, cum medicinæ proceribus laudo, hoc namque est, quod Galenus medicorum princeps verusque & legalis experimentator (vt etiam Auerroes ait) in multis Italiæ locis se inuenisse testatur: in quo nec asperitas, nec ponticitas, nec stipticitas, nec amaritudo, nec dulcedo inuenitur: nec ab eo flatus generatur, solumque hoc vinum absque nocumentis inuenitur, quæ cętera vini genera & aquæ potũ, sequi assolent quamobrem vinum hoc ætati validæ vel consistenti, & temperaturæ calidæ æstiuo præsertim tempore, cum propter alia, tum etiam quod capitis dolorem non efficit, sed potius eum tollit qui ex stomachi ardore prouenit, conueniet. huic germanum est vinum quod a priscis ablutum dicitur, & in Italia præsertim, in Gallia Cisalpina seu Lombardia, vinum Auiçennæ vulgo nominatur. Fit autem fere in hunc modum: tres musti partes, aquę vna, simul

Veni electio.

Vini albi vsus.

3. Re. 10.

Vinũ ablutum, seu Auiçenna.

mul coquuntur donec quarta pars minuitur: alii vuis calcatis aquam proportionatam iuxta vini potentiã addunt, ac post aliquot dies in vasa reponunt. Frigidiore vero anni tempore, aut temperatura vel ætate debilioribus, rubeum vel citrinum, ni aliud vetet, eligendum est Quod si fumosum valde exstiterit, commixtione aquę temperandum est, ne caput aggrauet & sitim pariat, nec tamẽ dilutius admodum sit, quoniam ventriculum debilitat, & ventositates in eo generat; mediocriter vero dilutum, quod temperatum appellatur, Galenus laudat: quoniam humores temperat, calorem naturalem excitat, & sine læsione membra penetrat; profecto vnum quodque ex his vini generibus præsertim homini consueto, cõferre solet. Nam virtutem roborat, tum vtramq. bilem, vrinã ciendo, expellit, & humiditates, maturat, subindeq. materias a superioribus ad inferiora inclinat. vnde caput alleuiat, nisi debile admodũ sit. Cęterum in ipsorum vinorum exhibitione, non minus regionum temporum, exercitiorumq quam affectuum & temperaturarum hominum, ratio est habenda, sicut moderata conseruemus similibus immoderata corrigamus contrariis. Temperaturis igitur (vt nuper innui) frigidioribus & siccis, rutilum dulceq vinum, vtpote calidum, accommodatum est. Contrarium vero, temperamentis atque dispositionib. calidis. Vitãda insuper quæ nimis vetusta sunt, nimisve recentia. Nam illa præter modum, hæc nullatenus, quamdiu recentia fuerint, calefaciunt: quæ tantum abest vt aliquem vsum cibis concoquendis afferant, vt etiam ipsamet conficiantur ægerrime, Superuacaneum autem esse puto monere, ne vinum ieiunus quis bibat, quia modestis viris scribo, nõ ebriosis. plurima etenim impedimẽta & pituitosos morbos huiuscemodi potus adferre solet: inter quos maxime, verendus est qui apoplexia dicitur. Post epulas item

Vini tẽperandi modus.

Vinũ vt variandum.

Vina quæ vitãda.

Ieiuno stomacho nõ bibendũ.

A cibo nõ bibendũ.

plurimum bibere noxium est, propterea quod cibum inconcoctū penetrare faciat. Numquam enim quando in ventriculo concoquitur cibus, licet multum bibere. Posteaquam vero e ventriculo egressus & bene concoctus est, ad abluendum ventriculum & penetrare cibum in venas faciendum, largiorem potum Auicenna concedit; ante vero abstinendum esse, nisi forte maxima vexet sitis, præcipit. Ad extinctionem vero sitis, si fortior sit, parum bibere, vel æstate frigida potius os frigido colluere, satis fuerit. Granata item medii saporis præsto fuerint, quæ etiā possūt quādo ex vini potu mordicatio accidit. Super cibum præterea ex quo prauus humor gignitur, quale est fungorum genus, bibere Auicenna prohibet; similiter super tales fructus quales sunt melones, chrysomela, & id genus alia; quoniam vinum huiuscemodi fructus ad venas transire facit, vnde hoc modo miscentur sanguini, & corruptionis eius causa sunt. Huius tamen contrarium nostræ ætatis homines faciunt, qui vinum & quidem optimum (remedium, vt ipsi aiunt, fructum) cum hisce fructibus libenter hauriunt, & aliquando medicos socios & applausores habent. Satius autem foret si ventriculo subuenire velis, ne ex frigiditate & humiditate illorum fructuum lædatur, id fiat sumendo anisum, aut cinnamomum, aut gingyber, aut mel, vel alia id genus. Accessorii loco, vel veluti parergon narrationi de vino addam hæc paucula. Contingit aliquando (vt iam in summo est rerum multarum impostura) vinum melle misceri, vt suauis ac dulce appareat; si igitur ita adulteratum sit, illico dignoscitur, super candens ferrnm conspersis guttulis paucis; resoluto enim vino, vtpote tenuiori, mel residet, quod sit substantiæ crassioris. Si suspicio est ne vinum aqua dilutum sit, pirum in vino impositum indica-

Sitis quo modo extinguatur.

Super quos fructus non bibendū.

Vinum mellitū, aut dilutum, noscere.

indicabit; nam si supernatauerit, merum est vinum; si fundum petat, mixtum aqua est, possem alia huius farinæ adducere, nisi hæc nunc satis fore crederem. Sed de hora comedendi iam dictorum ac similium fructuum genus, in sequentibus disseremus, quando de bene nutrientibus cibis egerimus. Namque post panem & vinum duo maxima ac præcipua vitæ præsidia, carnes accedunt. Etenim (vt Auicennæ verbis vtar) Caro est cibus confortans corpus, & magis propinquæ conuersionis in sanguinem, præsertim si de laudabili quadrupedum aut volucrum sit. Eligunt pro sanitate tuenda sapientes nostri ex quadrupedibus, carnes hœdorum & vitulorum lactentium; quæ eo præstabiliores sunt, quo & lacte optimo & bonis pascuis nutriti sunt. Animalium enim quæ sanam complexionem nacta sunt, carnes iuniorum grandioribus natu meliores habentur; vt in hœdis, vitulo, & similibus; contra in humidam temperaturam labentibus, minores natu fugiendæ sunt. Vnde Auicenna dicit, agnos annum decet attigisse. Maximam autem in hoc vim habet regio, vnde in Orientali & Meridionali plaga, agninas & ouinas carnes edere concessit Auicenna, quas ego in regione nostra humidiore, & in humidis corporibus non satis probo. Rarius itaque & æstate potius & Autumno, quo tempore siccitas viget, agninis carnibus vescendum est. Quod si hieme & primo vere interdum eis vesci contigerit, assatas potius quam elixatas edere, certe præstiterit. Non vetarim tauri iuuenis bene nutriti beneque exercitati carnes hiemali tempore ac vernali edere. Tunc enim ventres calidissimi sunt natura, & somni longissimi, vt ait Hippocrates, quare cibum grauiorem, ad concoquendam melius ferunt; æstate vero & autumno leuioris coctionis cibi

Carnium.

Carnium electio.

Temporum distinctio in esu carnium.

edendi sunt: quoniam præ calore aeris imbecillior est calor innatus. Crassiores vero & ficciores ac du-
Vaccina riores carnes, quales vaccinæ sunt, & aliæ id genus, reprobo: quoniam præter alia incommoda, quę propter diuritiem & concoquendi difficultatem faciũt, illud maximum est, quod mentem e suo statu dimouent. Domestici vero porci carnes, plurimum qui-
Porcina, dem alimenti afferre gustumq. oblectare nouimus, sed humidæ nimis (præsertim si iuniores) & ad conquendum graues sunt; quamobrem iis qui laboriosas exercent artes, fortemque habentibus ventriculum, relinquendæ sunt: mediæ tamen ætatis vt a sex mensibus ad annum, semota pinguedine multa, his qui restauratione multa indigent. nec imbecilli sunt ventriculo, summopere laudarem: cum nullæ car-
Gale. de nes (Galeno etiam teste) nutriant melius ac magis.
Euch. & Syluestres autem porci laudantur, quoniam exerci-
Cacoch. tatione & pabulo ficciore minus humidi ac fere
Lepus. temperati redduntur. Leporis vero carnes hieme potius & primo vere, suam ob siccitatem, raro tamẽ, edendæ sunt: quoniam melancholicum humorem generant. Cerebrum tamen cerebro præsertim nimis humido, & corpori quod mollitie laborat, plurimum conferre solet. Pennatorum vero genera
Aues & cum plura se nobis offerant, nos gallinas & capos
Altilia. hieme ac primo vere, pullos autem gallinaceos æstate & autumno edendos censemus, quia humores bonos generant & malos temperant: quo tempore coturnices, quin etiam gallos syluestres qui Phasiani
Phasiani. vocantur, & Perdices iuuenes edere optimum est, quoniam concoctionis, optimi nutrimenti, & pau-
Perdices. carum superfluitatum sunt: tum etiam quia ventriculo conferunt, & os eius astringunt. iuuenes dixi, quoniam temperatiores sunt, quemadmodum & alia multa laudabilium auium genera: nam frigidę &
Coturnix siccæ temperaturæ dicuntur. Auicenna Coturnices

non edendas putat, quod ex earum comestione timeatur spasmus & tetanus, non solum quia elleborum comedant, & eo nutriantur, sed etiam quoniam in earum carne hæc sita vis est. Sed vtinam sæpe illas haberem: neque enim eos morbos timere incurrere. Sciendum vero antiquorum Coturnices esse, qualeas nostras, nostræ autem Coturnices sunt nemorum aues rostro ac pedibus rubeis. Cæterum harum differẽtiam & historiam abunde descripsit Al. Mundella Epistola 6. Passeres quoniam calidi nimium & sicci sunt, spreuisse, ac senibus vxores iuuenculas habentibus reliquisse, contulerit Turdos secunda autumni parte hyemeque concedimus, nimiam tamen eorum pinguedinem vitandam ac ganeonibus relinquendam ducimus. Vituperabiles autem sunt quas Latini a sono vocis Querquerulas, vulgares autem Qualeas vocant: quoniam pauci exercitii sunt, tum calidiores & pinguiores turdis sunt: quæ tamen Italis præsertim Mediolanensibus quo pinguiores sunt magis arrident. Columbi autem domestici ad cõcoquendum grauiusculi sunt, præcipue pulli qui nondum volare incipiunt, quoniam superfluum humorem obtinent. Volantes autem pulli melioris humoris & leuioris concoctionis habentur. Sunt autem syluestres, quia exercitatiores, domesticis leuiores. Auicenna tempore æstiuo, propter humiditatem (vt puto) eos edendos putat: alibi succũ acerbæ vuæ quę agresta dicitur, & coriandrum ad remouendum eorum calorem, adhibet, contra ego potius autumno qui frigidus & siccus est, tum hieme, ac primo vere borealibusque temporibus, edendos arbitror, quorum etiam humor, assatione, quadam ex parte tollitur. Turtures autẽ meliores sunt, quoniam minorem humiditatem sortitæ sunt, quinimo putant multi siccæ complexionis eas esse: nec vero nimium calidæ sunt, mirabilemque proprieta

Passeres. *Turdi.* *Qualea.* *Colũbini pulli.* *Turtures* *Auerr. 5 Coll.*

tem confortandi cerebri & ingenii acuendi habent: quamobrem secunda autumni parte hiemeq. tuto edi possunt. Magnarum vero & aquaticarum auium carnes vitandas ducimus, quoniam prauos & atros humores generant. Anatis autem siue terrenæ siue aquatilis carnes, plurimi alimenti sunt, sed grauioris concoctionis. Quamobrem athletis & laboriosas artes agentibus, non delicatis & imbecillis corporibus, dandæ sunt: quamuis earum hepata non respuimus, quoniam bona & suauia sunt, bonumque succum generent; quemadmodum & pinguium gallinarum & pullorum hepata ab omnibus laudantur, quod multi & boni sint nutrimenti, paucasque in corpore superfluitates relinquant. Testiculi vero, præsertim gallorum, omnibus corporis partibus meliores esse dicuntur. Caro item alarum optimi est alimenti, quoniam exercitatior & concoctibilior est, pauciores, ob frequentem motionem, superfluitates obtinent. Caro itē circa ossa exsistens, suauior & concoctibilior est: similiter quæ in dextra parte. Laxa autem caro, vt mammillæ & radicis linguæ, gustui quidem grata, sed tarde concoquitur: concoctæ vero alimentum interdum quidem phlegmaticū, secūdum plurimum vero bonum est. Medullas & cerebella ventriculo infensas esse Auicenna monuit: quamquam cerebro humano conferre gallinæ cerebrum, & fluxui sanguinis narium, quod ex velaminibus cerebri accidit, assatum præsertim conferre, nonnulli putant. Pinguis item caro in flauam bilem & vapores malos facile vertitur. Vnde pinguedo & adeps pauci & mali nutrimenti materia sunt, cibumque in ventre subleuant. Recte igitur Auicenna pauculam aliis carnibus miscendam concedit, secundum mensuram quæ delectet. Probantur porro vnumquodque etiam a genere carnis: quanto namque animalium caro ab albedine degenerat, tanto

Aquaticæ aues. *Anates.* *Hepata.* *Testiculi.* *Alæ.* *Caro circa ossa.* *Partium carnis electio.* *Medulla.* *Cerebella.* *Pinguia.* *Carnis genera.*

minus boni succi est: Communi vero omnium ratione, ex his quæ speciei eiusdem sunt, quæ tenera adhuc ætate sunt, alimentum præbent humidius: ætate autem consistentia, calidius sicciusque, vtriusq. deteriora, quæ iam consenuere, quod humorem adaugeant atrabilarium & excrementitium: idque quo maiore corporis mole constiterint, fuerintque exercitatiora. Agrestia quoque domesticis calidiora siccioraque sunt. Quæ tamen si congruo omnia vsu exhibeantur, pro conuenienti nimirum tēperamenti ratione, nihil incommodare existimentur. Salitæ vero quamuis ante acceptum salem fuerint humidæ, vim tamen exsiccandi & calefaciendi vehemētem adeptæ sunt, paruique alimenti euaserunt: ac in vniuersum salsamētum omne putrescentem corruptumque sanguinem ac melancholicum generat, & nocet hepati. Quamobrem rarius humidioreque tempore, hiemali scilicet, edendæ sunt, illud prætereà Auicennæ notare non piget, nigri animalis carnes, similiter masculi, suauiores & leuiores esse. Auenzoaris quoque magni experientia viri sententiam hoc loco citare (vtpote salubrē) volui: is enim subitò, aut certe non multo post atque interfectum animal est, carnes edendas esse arbitratur. Quod si duriores sint, quales anatis syluestris & veteris turturis, post necem per duodecim horas hieme, per septem vero æstate, coquendas, exindeque edendas autumat: nec contrariatur Galeno: quam ego sententiam & laudo & probo: Alterantur enim ab aere, & ad putredinem parantur, quando occisæ manent; humido potissimum & calido in aere. id apertissimū in piscibus est, qui meliores procul dubio sunt quum simulatque exemti de aqua sunt, decoctos edimus: quamuis ob aqueum humidum citius putrescere pisces non ignorem. Quamobrem recte fuerit si aliquo salubri artificio carnes coctiles reddantur.

Salitæ carn.

Color. Sexus.

Carnes non diu mortuæ edendæ, Galenus de Attē. vic. ratione.

quo citius atque fieri poteſt. Poſt necem coqui & comedi valeant. Meliores autem calidæ hieme præſertim & autumno, quam frigidæ ſunt: præter hœdinas, quas Auicenna meliores eſſe frigidas, quoniam earum quieſcit vapor, quam calidas, arbitratur: agninas verò calidas potius; quamquam vniuerſalē tradidit regulam, vt alimentum ac potus, dum hieme ſumuntur, ſint actu calida, æſtate vero frigida; ſed neutrum ad rem perueniat, quæ tolerari non poſſit. Artificium vero tale ſit, dum pinguiuſculæ carnes & teneræ valdeque humidæ ſunt, aſſari, hieme præſertim & vere, expediet, reliquas vero elixari, æſtate præſertim & autumno, conueniet: quoniam & leuioris concoctionis ſunt, & ſiccitati quæ viget per id tempus, obſiſtunt. Aſſatarum item carnium interiores potius, quoniam meliores humiditates intus collectæ ſunt, quam exteriores partes, edendas putamus. Ligno Iuniperi veru factum carnes omnes, quæ in eo torrentur, odore efficit iucundo. Caro aſſata omnis tunc optima eſt atque tollenda, cum optime olet: Saporis enim indicium eſt odor. Hactenus de carnibus. Nunc reliqua alimenti genera percenſeamus: inter quæ meliora eſſe oua gallinæ, perdicis, & phaſianæ cognoſcimus; atque ſemidecocta, ita vt ſorbilia ſint, Dioſcorides laudat: quoniam & facilis concoctionis & optimi ſanguinis materia ſint: tum inter cordiales cibos Auicenna enumerat, vitellum complexionis temperatæ conſtituens: quamuis in Canone 2. vitellum ad caliditatem, albumen vero ad frigiditatem vergere, totum vero temperatum eſſe tradiderit. Serapio autem plus frigidum quam calidum eſſe arbitratur, nec iniuria: plus enim frigidum albumen eſt, quam vitellus calidus ſit: quippe qui temperatus, aut prope temperamentum eſſe credatur. Sunt autem ante alios cibos ſumenda, quoniam & velociter concoquuntur, & ocius deſcendunt e ventri-

Calida an frigidæ ſint edendæ.

Regula.

Carnes coquendi varietas

Aſſatæ carnis cognitio.

Ouorum conſideratio.

ventriculo,& ocyssime(præsertim vino commixta) nutriunt: etenim omnes boni nutrimenti proprietates obtinent(quod velociter in sanguinem mutabilia sunt, minimumque superfluitatis relinquunt: postremo subtilē & clarum sanguinē, quo princeps membrorum alitur,generant: quippe qui subito ad ipsum cor pellitur,& in dissolutione substantię spiritus & materiæ cordialis præsentissimum remedium est: quæ vero assata & dura efficiuntur ad concoctionem graui, & in vapores fumosos conuertibilia sunt, ventremque inferiorem stipticum reddunt,quem sorbilia leniunt. De quibus hæc sunt Galeni verba in De Euchym. & a Cacochymia circa lib. principium. Cochleæ (inquit) crassi succi censentur: itemque oua,quæ vel elixa,vel tosta penitus sint densata. Frixa vero, mali succi, fumosæque in ventriculo cocturæ exsistunt, secum etiam corrumpentes admistos cibos. Mediocriter vero cocta quæ ideo appellantur tremula,ad coctionem, digestionem, nutritionem,bonique succi generationem, sicuti & quæ sorbilia dicimus, ad leniendas gutturis asperitates,idonea sunt.In lacte & ouis multa est copia pinguis humidi, in hoc quidem vt alimenti, in his vero vt seminis. Piscium oua longe minore tum calefaciendi,tum nutriendi facultate prædita sunt: quanto namque auium carnes piscium carnibus pręstant: tanto sane magis piscium oua superantur ab iis, quæ auium sunt. Lactis vsum in ætate consistente potius quam in Adolescentia Auicenna concedit; vnde cholericis ipsum conferre putat; phlegmaticis autem obesse,quamquam ait lac cum corporibus proportionem habere, quarum caussæ non comprehendūtur,nec bonum esse visceribus, & stomacho nocere, tum caliginem & tenebrositatem visus facere, dentib. obesse, neruis infensum esse, in venis mesaraicis obstructiones gignere, & corrumpi facile ac in acetosum verti, capitisque dolorem efficere. Vnde vt

Oua dura.

Cochlea.

Gal. sententia de ouis.

Piscium oua.

Lac.

hæc vitentur incommoda, iubet solum hauriri: cui, posteaquam sumtum est, quietem adhibet: postq. ipsum dormire, nec quippiam aliud edere donec descendat: tum vel maxime acetum vel acetosa post ipsum sumi prohibet. Consulo tamen ne in ventriculo coaguletur, vt secum sacchari parum, aut salis, mellisve sumatur. Sal corrigit lac & omnia cibaria: mel etiam comestum, lac corrigit. Porro lactis commoda sunt, ventris moderata deiectio, succi bonitas & nutritio, pascui ipsis quoque animalium, quorum lacte sumus vsuri, non parum ad hæc conferentibus. Cum plura vero sint lactis genera, humanum certe melius ac præstantius est, quoniam corpori & præcipue cerebro iuuamentum affert. quippe quod cerebrum augere creditum sit. Postea caprinum quod temperatum ponitur, minoremque butyri partem obtinuit; similiter camelinum & asininum, quod ob animalis naturam casei habet minimum, atq. ob id egregie purgat, & salutare est. Vaccinum autem & ouinum pinguius est; eo autem laudabilius est, quo meliori & temperatiori pabulo nutritur, animal cuius lac bibitur; quod etiam statim atque mulctum est, aut ipso ab vbere, sugi debet; alteratur enim ab aere facillime, & de bono malum redditur. Mirum autem videri possit, quid est, cur lac adolescentibus, non autem consistentibus vetatur, cũ tamen infantibus a natura, vtpote conuenientissimum alimenti genus, tributum sit. Sed de hoc & aliis difficultatibus alibi quærendum: nunc regimen conseruandæ valetudinis, non disputationes, conseruabimus. Superior lactis pars, quę caput lactis a summitate nomẽ apud vulgares Italiæ accepit, vsui habenda non est, quoniã relaxat ventriculum, & in flauam bilem vnctuositate sua facile vertitur. Pinguedo illa dulcissima atque voluptariis iucundissima fit ex cocto lacte parum; nam relictum per noctem, pinguedinem colligit in

Lactis correctio

Lactis cõmoda.

Lactis electio.

Lac quãdo sit bibendum.

Lactis caput.

ſuprema parte. Butyrum pariter vnctuoſum admodum eſt; omnia vero vnctuoſa, & proprie butyrum (teſte Auicenna) oblædunt ventriculum. Vis namque ventriculi in partium vnione & quadam ſtipticitate conſiſtit, quam vnctuoſa impediunt, & ſæpenumero tolluntac deſtruunt. Butyrum tamen in ſe melius eſt, quod ex lacte fit vaccarum menſe Maio. Facile in bilem abit, habitudinem nactus calidiorem & humidam. Coloſtrum item vitandum ducimus, quoniam tardæ concoctionis, tardæque deſcenſionis eſt: tum craſſi humoris materia eſt, vnde lapidem generare creditur. Caſeus recens, auctore Dioſcoride, bonus eſt ventriculo: atque de hoc Auicenna dubitat. Ego per magnos calores primaque autumni parte & prima menſa edi abſq. nocumento poſſe, exiſtimo. Per frigora vero non recentem, ſed veterem (non tamen carioſum aut vetuſtate nimis durum) & moderate ſalitum, & ſecunda menſa edendum cenſeo; in hoc tamen, vt in cæteris omnibus, natura & vſus plurimum poteſt. Sunt enim qui caſeum abhorreant, vt alii vinum & ita de ſingulis. Auicēna huiuſcemodi proprietates indiuiduales extra rationem eſſe dixit; oportereque vt experimentum rationem vincat. Aquam vero lactis via medicinæ potius quam cibi, Maio pręſertim menſe matutinis horis, pauco permixto ſaccharo, ad expurgandum ſanguinem & flauam atramq. bilem ſine moleſtia educendam, laudo: etenim lauat, & abſq. mordicatione humorem malum extrahit, tum nutrimētum (vt Auicennæ verbo vtar) rectificat, obſtructioneſque remouet: vt hac ratione impinguare Auicen. ſentiat. in ea vel roſæ recentes, vel ſena, vt fortius agat, portio conueniens & iuxta peccantem humorem infundi per noctem poteſt cum particula aniſi vel cinnamomi, ſed tunc concoctos eſſe humores ac præparatos præſtaret. Concocta enim medi-

Butyrū. *Coloſtrū.* *Caſeus.* *Serum.*

cari, mouereque non cruda, Hippoc. rationalis iubet. Vituperantur autem omnia quæ ex lacte, ouis & caseo, aut aliis etiam rebus composita sunt; quoniam & si pleraque facilis concoctionis, singulatim accepta sint; tamen commixta euadunt cõcoctionis grauioris, & ventriculo infensa sunt: etenim laborat in concoquẽdis variæ naturæ cibariis, & propter longiorem moram in ventriculo, vaporibus petentibus caput fomentum præbent.

1. Aph. 22.

Torta vel Tartara

Pisces.

Piscium vero vsus vt plurimum pro sanitate seruanda fugiendus est; etenim pauci & praui sunt alimenti, multasque superfluitates relinquunt in corpore, & corrumpuntur facile. Vnde Auicenna post forte exercitium edi prohibet, quoniam corruptionem subeunt & humores corrumpunt: Et alibi (quæ fuit Galeni sententia) quod recentes generant phlegma & mollificant ventriculum, nec nisi valde calidis ventriculis concessi sunt: quoniam frigidi & humidi admodum sunt: Saliti vero calidi & sicci. quamobrem dum pituita redundat, salitis potius, tum hieme primoque vere: bili autem exuberante & per calores, humidis atque recentibus vescendum est; tamen abstinuisse tutius & salubrius est. Quam erudite Homerus ille homo doctissimus in omni facultate ac fere diuinus poeta facit Vlyssem piscari per maria, cum ei erranti omne viaticum defuisset; innuens dum absq. pisce traduci vita potest, pisces fluminibus ac pelago relinquendos esse. Sed cum non semper ouis nec carnibus vbiq. vel omni tempore, aut non omnibus vesci liceat, atque appetitus sæpe rationi dominetur, minus malos pisces commemorabo. Principio illud sciendum est, meliores pisces eos esse, qui nec magni valde, nec duram admodum & siccam carnem sortiti sunt, nec pinguedine multa (omnis enim pinguedo mala, piscium autem pessima) &

Pisces saliti.

Piscium electio.

ma) & tenaci quodam lentore oppleti, nec odore aut ſapore malo affecti ſunt; ſed gratum ſaporem guſtui & ſuauem afferant, quique non ſtatim dum ab aqua ſeparantur, fœtorem ſuſcipiunt. obſeruandum preterea eſt, vt e genere molliori maiores ſumantur, e duriori vero minores; nam quod inter humida ſiccum reperitur, commoderatum cenſeri omnino debet: ſicuti quod inter ſicca humidum fuerit. Sit tamen magnitudinis & paruitatis menſura conueniēs. Ad hæc omnibus eligibiliores, Galeno teſte, ſunt qui in altis degunt ſcopulis, vnde & nomen acceperunt: Petroſi enim a petris, & vulgo græcanico, petrito, nominantur; quo in genere ſunt pectines, qui a Venetis & vulgo (ni fallor) Scorpenæ nuncupantur. eſt autem genus piſcis ſaxatile, rubeum, ſpinas in dorſo habens noxias, vnde a piſcatoribus euelluntur. Nec ſine ratione cæteris anteponuntur; plurimi namque exercitii ſunt, aſſiduiſque ventorum & fluctuum agitationibus expoſiti, minimeque luto commixti ſunt; illi præterea laudantur, qui de mari ad fluuios ſunt delati, quorum curſui contraria eſt aqua; & quanto magis elongantur a mari, tanto meliores habentur & ſunt, iis accedunt qui in arenoſis degunt, tum qui in aquis dulcibus currentibus, in quibus neque lutum neque ſordes inueniuntur Amplius qui laudabiles plantas & radices, eligibiliores ſunt iis, qui ſordes comedunt; quo in genere malo ſunt, qui a Latinis Mugiles, vulgo autem Cephali, quaſi capitones dixeris appellantur; quare vitanda ſunt, tametſi videantur ſaporis eſſe melioris. Itaque fugiendi ſunt piſces qui in lacunis, paludibus, quique in aquis ſtantibus occluſi degunt. His in vniuerſum admonitis, nunc breuiſſime piſcium genera meliora nominatim perſtringamus; quæ cum alimenti melioris, tum leuioris concoctionis eſſe putantur; qualis eſt Mœna quæ vulgo mænula dicitur, quæ ſucci melioris

Petroſi piſces. *Pectines.* *Cephali.* *Piſces meliores.* *Mæna piſcis.*

est quam Cobiones; & tunc melior cum vtero gra-
uis est. Forma rotundior fœminæ, porrectior mari
Aurata. & latior qualis Aurata quæ Chrysophris a Græcis i-
deo appellatur, quod aureum supercilium gerat, vt
in auratis senioribus cernitur. Oratã vulgo Venetiis
vocant a colore auri, quod vulgo Orũ dicunt; multũ
alimenti præbet, ideo difficulter cõficitur. Erithinus,
Erithric⁹ itẽ seu Erithricius, Latinis rubellio vel rubellus, a Ve-
seu arbor netis arbor, a Romanis phragolinus dictus. qualis Per
piscis. ca marina ab Aetio percidis dicta, quę vero fluuiatilis
Perca. est & piscis persecus a perca denominatur (cui fere si-
Persicus. milis est) est & optimi saporis. & febricitantib aliquã-
do etiam in prostrato appetitu ex calore conceden-
Boces. dus. Sunt & Boces, quas Græci etiam in hodiernum
Booba. diem & Veneti Boobas cognominant, aluo idoneæ,
& bonæ concoctionis si elixentur; in prunis vero to-
stæ dulciores & meliores; qualis etiam in Benaco la-
Carpio. cu gustui suauis Carpio; qualis ad hunc vsque diem
Truta. bene Latino nomine vacans Truta; qualis Gobius
Gobio vel seu Gobio. a Plinio Cobio dictus; ex cuius genere qui
Cobio. parui albique sunt, molles, boni succi bonæque con-
coctionis sunt; qui autem virides vel nigri, deterri-
mi sunt. quales huic germani pisciculi, qui vulgo
Marsiones appellantur. qualis a Gręcis Labrax, Lati-
Marsio- ne Lupus (non est Lucius aut Sturio vt quidam autu-
nes. mant) vulgo Venetiis Varolus dictus, quem ante
Lupus. multos annos illic non semel & magna cum dele-
Varolus. ctatione comedi; est autem piscis squammosus,
squammis minutis, candicantibus supina parte, ore
immenso sine dentibus, interius tantum aspero; a
capite virga quædam nigra ex vtroque latere in cau-
dam vsque protrahitur; præfertur ex candore molli-
tiaque carnis, qua fortasse molliorem non edi Qua-
Barbon. lis item qui vulgo a Venetis Barbon, Latine Mullus
Mullus. dicitur; Trigla a Gręcis. Cicero in Paradoxis Barba-
tulos vocat Mullos, & Varro Barbaros. Celsus boni-

succi

ſucci, atque medios inter teneros, duroſque piſces Mullos eſſe teſtatur, idem Galenus fere aſſeuerante in tertio De alimentorum virtute aluum ſiſtit, præcipue ſi prunis incoquatur: Sin in frixorio, grauis eſt & difficile concoquitur. Athenæus inquit, ſi Mullus piſcis viuens ſuffocatus fuerit in vino, & vir biberit, non poterit agere rem veneream, vt Terpſides narrat: Mullorum frequenti cibo aciem oculorum hebetari monuit Dioſcorides. Mulli recentis e capite cinerem contra omnia venena (præcipue ex animalium morſu) valere ſcripſit Plinius. Barbo autem vocatur a gemina barba, quam in inferiori labro habet: Squammis eſt pallentibus ſeu ad viredinem vergentibus, virgis quibuſdam aureis parallelis, qui ſi viuus deſquammetur, colorem ſanguineum recipit. Anguillas vitaſſe, quod nimis humidæ ac viſcoſæ, contulerit; de quibus a paucis animaduerſa quædam ſcribere non piget. Per vniuerſæ Anguillæ ſpinam, filum tranſit nigrum, veluti venula (vt etiam cancri cauda) in quo eius venenum abſconditur; quod antequam coquatur, extrahere conuenit, plus temporis requirit eius coctio quam reliquorum piſcium. Toſta quam elixa nutrimento eſt commodior; vitioſis ſcilicet humoribus per ignem ſublatis. Circa ſolſtitium æſtuale a medicis reiicitur; ſolidiores pinguioreſque præferuntur & fœminæ præſertim, (hæ caput repandius habent) ſed meo iudicio quocumque tempore ab his, quibus hoc regimen a me ſcribitur, damnandæ ſunt; quoniam duræ concoctionis ſunt, & humorem viſcoſum aggenerant; quamuis helluonum guttur leniant ſuauiter. hoc de Anguilla non præteribo, quod aliquando apud naturæ ſecretarium quendam legi, & multos ingenue docui licet (quod ſciam) nemo hactenus expertus ſit, nec mihi ob multa impedimenta & priuata incommoda facere licuit, vt nec multa alia quæ alias vellem & poſ-

3 De re Ruſt.
Contra Venerē.
Venen. lib. 32.
Anguilla.
Anguillæ pars venenoſa.

Sed eius moderatus sit vsus, quoniam suo acumine ventriculum lædit & viscera, tum nauseam ac vomitum facit nimiumque conturbat, imo etiam aluum mouet si drachmæ pondere ieiuno mane sumatur. Sequitur oleum ad multa condienda opportunum; nec in percêsendis oleorum generibus immorabor, cum breuitatem velim. Olea (vt Auicen. inquit) omnia relaxant ventriculum, præter oleum de nucibus, & pistaciis seu phisticis, atque oliuis; omnibus de pistaciis pręstat, sed necubi factum vidimus e nucibus vero factum pectori & linguæ obest. Quamobrem de oliuarum oleo tractandum est. Omphacinum, id est, de immaturis oliuis confectum oleum, vtpote sanis & præcipue calidis corporibus congruũ, Auicenn. laudat, nec sine caussa: etenim minus vnctuosum, minusque calidum est, stipticitatemque ventriculo opportunam obtinet. Quamobrem si antequam completam maturitatem assecutæ oliuæ sint, ex illis oleũm fiat, quo per calores vescare certe contulerit: id namque commoda sine incommodis præstare, & nimiam in biliosis aut sanguineis, sanguinis tenuitatem & fluxibilitatem sistere poterit. Auerrois autẽ summis præconiis oliuæ maturæ oleũ quod dulce & nouum sit, celebrat, quod eius natura fere temperata sit, exiguum calorem sortita; tum conuenire homini secundum totam sui naturam atque substantiam, & impinguare hepar, eiusq. substantiam augere arbitratur: vnde in regione sua etiam carnes oleo condiri consueuisse, & multos pingues hoc pacto euasisse commemorat. Nos omphacinum æstate, hieme vere & autumno dulce edendum sentimus; quoniam illud frigidum, hoc vero parumper calidum sit. Amygdalinum dulce pectoris angustia laborantibus conuenit; fauces enim asperamque arteriam lenit, humoresque in thorace contentos proiectu faciles reddit: ex earum autem

Olea cōdimētaria.
E pistaciis.
E nucib.
Omphacinũ oleũ.
Oleũ maturum oliuarũ.
Oleũ amygdalinum.
Amygdalarũ cremor.

ſulis, ita vt eius frigiditas & acredo nimia tollatur; quin etiam frigido ventriculo in hunc modum proderit,hoc artificio caſtigandum acetum ducimus,vt cum optimis paſſulis decoctũ ſit, deinde, ſi opus eſt, odore cinnamomi iuuetur;etenim cinnamomum præter calorem quẽ habet, quippe quod verſus tertium gradum eſſe caloris dicitur,ventriculo etiam & hepati plurimum confert; namque & obſtructiones aperit, & vtrumque confortat; ventriculi præterea humiditatem exſiccat, & putrefactionem fieri prohibet; omnem virtutem roborat & corruptam inſtaurat; tum caput,educendo humiditates, quæ in eo ſunt, mundat, quin etiam lenit & confert tuſſi ac pectori,extrahens quod in eo noxium eſt. Hæc de condimentis. *Cinnamomum.*

NVnc de granis & herbaceis,ac id genus aliis quæ ad fercula opportuna ſunt,agamus. Oryza quod vulgo riſum dicitur, multi eſt alimenti ad caliditatem ſiccitatemque vergentis; hieme comedi poteſt: Oryza cum lacte apparata ſeu condita, bonum habitum & genitale ſemen auget. Panicum vero & Milium per humida tempora, ſiue calida ſiue frigida ſint, edi poſſunt. Autumnali vero tempore, quoniam frigidum & ſiccum eſt tempus. Far autem calidum & humidum,expedientius eſt. Quod ſi far ex hordeo ſit,æſtate potius edendum fuerit, quod hordeum frigidum ſit Cum iure autem carnium, grana hæc coqui debent,aut in aqua addito poſtmodum lacte amygdalarum dulcium; aut oleo ſint condita; potes deinde ſaccharum arbitratu tuo adiungere. Ex leguminum genere Cicer, ac præſertim ius in quo decoctum eſt,laudant. Sed media menſa, non initio nec fine edendum, Auicenna exiſtimat; alimentum corpori præſtat validius quidem, idq. modice purum, alioqui flatuoſum, & quod valentiorem ventriculum poſtulet. Iuſculum tamen ex hoc præter- *Oryza.* *Panicum Milium.* *Far.* *Grana dicta vt coquẽda.* *Cicer.* *Ciceris ius.*

Lens. tur, quod abstergat, & vrinam cieat. Lentes vituperant, quia ventriculum lædunt, & obstruunt hepar ad hæc melancholicum humorem generant, & visum obtenebrant; atq inter legumina pessimum omnium est edulium, vnde crassus, terrestris & atrabilarius sanguis gignatur; ventrem sistit, bis terve aut pluries etiam feruefacta, abiectoque iure quando minime ad hunc modum paratam, aluum subducere magis affirmant; sane ab hac abstinendum censeo, vt nocentissima & agrestibus accommoda magis.

Faba. Fabæ vero grauiores ad concoquendum sunt, & ventositatem habent, quæ si vel trium dierum spatio decoquantur, ab inflatione tamen non liberantur Vapores item prauos mittunt ad cerebrum, & propterea horribilia somnia faciunt; sanguinem generant crassum; relegantor igitur a te in victus ratione, licet abstergendi alioqui, atque enutriendi præditæ esse facultate videantur, quod si harum quandoque vsus tibi ingruat necessarius, præfertur ex his pulmentum, vt quod & abstergat magis, & flatulentiæ plurimum inter coquendum, remiserit, quod si semina præterea aliqua admisceas flatum discutient a, Græci ἄφυσα appellant, mellisque aliqu d ad hæc sic plurimum sane inde noxæ discusseris inter illa semina præcipua sunto carum, (vulgo carni) anisum, fœniculum, cuminum.

Phaselus Deteriores his Phaseli sunt, vulgo Faseoli, qui calidi ac terrestres sunt, cerebrique spiritum conturbant, & praua inquietaque somnia faciunt, & vertiginem suis vaporibus pariũt. Satis iam de frumentaceis & leguminibus dictum; potes aũtem ex dictis etiam nõdum tractata dignoscere. In omnibus potiora censentur viridia, vtpote quæ leuem etiamnum humiditatem retineant; postquam enim hãc quoque temporis tractu amiserint,

Legumi num electio. crassiora euadunt, terreaque magis. Ac quemadmodum arescentibus succosa præferuntur, sic crudis elixa,

elixa, & incoctis decocta Post tractatum de leguminibus, de oleribus quoque ac radicibus dicamus, arboreisque fructibus, atque autumnalibus. Raparum genera, & si Democritus omnino cauenda putarit, tamen Galenus Dioclis sententia fretus, laudauit, quod atram bilem cōcoquant, & commode vrinam eiciant; & teste Auenzoar, quem Auerrois sequitur, mirabilem vim illuminandi oculorum aciem habent. Et quamuis plurimo abundent humore, qui solet officere ventriculo, & materiam vento suggerere; castigari tamen humor hic potest si primo in aqua largiore sale condita coquantur, tum expressas & nimio illo humore liberatas, ac in iure carnium complete decoctas, & (si opus est) modico aniso aut cinnamomo conditas, edere non dubito; iis germanæ radices illæ sunt, quæ vulgo Carottæ dicuntur: quibus decoctis, in Acetariis hieme vesci iure liceat. Radicibus item Apii & Petroselini hoc pacto & tēpore, ac potius in principio prandii vesci expediet in iure coctis, quoniam materias a superioribus ad inferiora, ciendo vrinam, trahunt. Vere autem & æstate cichorii, quod intubum vocant Latii, radicem pariter decoctam laudamus; nec minus folia dum tenella sunt. Radiculas infensas esse Galenus notauit, imo olerum omnium radices excrementitias esse dixit, & concoctu difficiles. Adsunt item Endiuia & Lactuca, quibus tempore feruido in Acetariis & in ferculis vescamur, si mentham eis aut etiam aliis frigidis rebus misceas, recte erit; quoniam mentha vim habet confortandi viscera, ac præcipue ventriculum, crassumque ac prolificum sperma efficit, nec non spermatis vasa roborat: vnde in profluuio spermatis, quia potenter exsiccat, maxime confert, cuius item succus cum aceto haustus sanguinem ab interioribus manantem sanat; tum laudabili odore affecta & infusa proprietate lætificat; frequens ta-

Rapa. *Carotta.* *Apii & Petroselini radices.* *Cichoriū.* *Radicula.* *Endiuia.* *Lactuca.* *Mentha.*

Acetosa seu Oxalis. men vsus generationem seminis prohibet exsiccando. Herba item quæ a sapore acetosa dicitur, per id tempus edenda est, quod frigida in primo gradu sit, miramque vim confortandi obtinet; subtili namq; stipticitate (vt Auicennæ vtar verbo) prædita est.

Portulaca. Portulacam vero fugiendam ducimus, quod nimiũ frigida, quippe in tertio gradu, tum eius nutrimentum paruum & illaudabile est, & appetitum deiicit; quamquam bili resistit, & manantem sanguinem a pectore potissimum cohibet. Eius tamen frigiditas (si quando vesci cõtigerit) mentha aut fœniculo tẽperatur.

Borrago. Buglossa. Borragine vero (quod est verum Buglossum) & vulgari buglossa vere nec non æstate, quin etiam duobus aliis anni temporibus in acetariis siue ferculis audacter vesci poteris, temperatæ namque complexionis esse dicuntur, & sanguinem cordi amicum ac lætitiam generant.

Lupulus Lupulis eodem artificio, vno tempore quo reperiuntur, & prima mensa, vesci contulerit; quoniam inter medicinas hepatis temperatas & aperitiuas vrinamque cientes nominantur.

Asparagi. Maioris autem prouocationis esse asparagos nouimus, ac melioris succi, quibus pariter ante cibos alios vescendum est.

Beta. Siclam vero seu Betam, quam vulgo *Bhtam* & *Mangold* vocant, in prima mensa pro ferculo, quod ex humore quem insitum habet, nitroso, aluum subducat, & hepatis atque splenis obstructiones aperiat, si alba sit laudamus; neque enim melancholicum humorem procreat. quod brassica facit. Nigram tamen Betam, quod fere atrum humorem generet, vituperamus.

Betæ radices. Betæ autem radices, subrubræ, rubræque valentius nutriunt, sanguinemque gignunt, longe quam folia, crassiorem; illud insuper obtinent, quod flatum pariunt: quum facile alioqui per aluum descendant; ideoque hæ quoque ad vsum aliquando adhibendæ.

Spinachia. Quas autem vulgo Spinachias dicunt, raro edendas censemus,

quo-

quoniam superfluã humiditatẽ nactæ sunt; gutturi tamen & pulmoni conferunt, & ventrem leniunt; quapropter ante cibum edendæ sunt. Brassicam vero frigido & humido tẽpore, vt calida & sicca, edi posse arbitror; quoniam abstergendi & lauandi vrinamque ciendi vim obtinet; ius tamen eius magis laudo; feruefacta hæc, nec abiecto humore emollit aluum; eandem adstringit quater, aut eo etiam plus proiecto liquore, atque ita deuorata. Atrabilarium humorem hæc plus iusto parit; substantia Brassicæ lædit os ventriculi, & visum obtenebrat; quapropter huius vsus, nisi vrgente penuria meliorum rerum, reiiciendus tibi. Et deterius illud genus, quod vulgares caputias vocant, Latine Brassica capitata; a Plinio lacuturris. Brassica omnis contra temulentiam pollere creditur, ob eam quæ inter vitem & Brassicam est, antipathiam; quando quidem obseruatum sit, vitem, ad cuius radices assita fuerit brassica, non paruo interuallo sponte sua refugere. ob id cũ alii, tum præcipue Germani frequenter mensis apponunt, vt vini (quod parcius bibere præstaret) noxam effugiãt. Pollent hac in re magis caules ad rubedinem vergentes. Vidi aliquem doctum ac philosophum conuiuio accumbentem, in quo strenue potandum erat, foliolum caulis crudi clam prægustasse ac comedisse; quæ res illi ex parte profuit. Vinum tamen vires suas in illo exercuit quoquo modo. Damnantur item, quæ e rapis, e quibus etiam orta sunt, raputia vocantur, quod grauia vt concoquantur & atri humoris materia sunt. Petroselino autem hieme largius vesci expediet, calidum enim est in tertio gradu; obstructiones aperit, vrinamque prouocat. Æstate vero cum frigidis vt cum succo acerbę vuæ, dum in iure coquitur, necnon cum cucurbita & cucumere, si vesci contigerit. Sed rarius hisce vescendum est; quoniam hic crudi humoris materia

Brassica

Caputia cõtra vinum.

Raputia

Petroselinon.

Cucumer Cucurbita.

est & ad longas febres præparat; frigidique & humidi admodum est temperamenti, illa vero quod ventriculo & colo intestino infensa sit; & corporibus quibus phlegma aut atra bilis frigida dominantur, infensissima sit. si cruda estur in medio est peponum ac cucumerum, decocta melior euadit; frigidæ humidæque temperaturæ alimentum præstat, huiusq. plurimum vsus, vt medicamenti constat, alias inutilis, & minimum alimenti exhibere putatur, humoremque gignere aquosum; præsertim cum frigidum

Cherafolium. nacta fuerit ventriculum; cum his etiam Cheræfolium herba misceri commode potest, quæ & ventriculo frigido accommoda, & grati saporis est. Amanitæ, Fungi, & Tubera, vt quæ frigidæ humidæque

Fungi & Tubera. naturæ sint, succumque generent crassum, crudumque, calido siccoque temperamento conueniunt; innocentiores redduntur Fungi muria asseruati, quod lentorem ex parte amittant; sed noscendi prius sunt boni, cum radice ortus sui, tum etiam generis & substantia; at satius erit ista athleticis hominibus relinquere.

Acrumina. Cepe. Allia. Porrum. Acuta vero vt cepas, allia & porra, vtpote a studioso viro vel publico alienа, vitanda ducimus; nisi forte hieme his coctis & in Acetariis vbi pituita redundat, vti phlegmaticis liceat. Porrum cepis, Allioque probabilius, si decoctum edatur, multum enim succi mali, acrisque remittit elixatione; concoqui tamen quadantenus contumax hoc quoque esse censetur, ob fibrosum, quod illi inest: etiam si humores in thorace contentos, faciles reiectatu reddat, ob innatum lentorem: lotium hoc mediocriter mouet.

Fructus.

Fructuum plura sunt genera, quorum nonnulla nutriendi vim obtinent: Nam (vt Auicenna inquit) Fructus nutriendi magis similes sunt ficus & vuæ bene maturæ, & Dactyli in regionibus & ciuitati-

bus in

bus in quibus esse consueuerũt: Parcius tamen meo consilio edendi sunt, quod ficus recens inflatiua est, &, Galeno teste, obest ventriculo: e sicca vero ficu genitus sanguis, malus est; ad hæc pediculos ambæ generant, cum propter corruptionem humoris earum, tum quod materiam de interioribus pellunt ad exteriora; & propterea Comitiali morbo & Apoplexiæ conferre ab Auicenna dicuntur. Impinguare item feruntur; & licet talis pinguedo modicum perstet, & ab alimento panis distet plurimum, earum tamen alimentum maioris roboris est nutrimento reliquorum fructuum, quoniam autem ficus velociter descendit & penetrat, viasque cibi abstergit & mundat, idcirco ante cibum edenda est. Meliores quidem esse albas, tum rubeas, postremo nigras, Auicẽna indicat, omnes etiam, renum arenulas repurgãt. Caricæ (inquit Galenus) cum nucibus sumtæ, cibi præstantissimi sunt, cum amygdalisque similiter, sed cum his obstructiones aperiunt, non tamen ita bonum succum præstant, nutriuntque, vt cum miscentur cum nucibus. Sunt qui Caricas cum ruta nucibusque præsumtas venenis vniuersis aduersari fateãtur. Vuæ pariter albæ nigris eligibiliores exsistunt, modo sit in cæteris loci & maturitatis paritas. Laudatur autem quæ præterquam quod bene matura est, præterea si duobus aut tribus diebus suspensa & soli exposita fuerit, hæc enim alimentum proximum nutrimento ficus præbet: quæ non aliter atque ficus ante cibum edenda est, quod aluum leniat; eius tamẽ vsus vesicæ incommodus est. quapropter ab his quibus renes vel vesica arenam vel calculos generant, vitanda est. multam etenim fæcem relinquit in corpore, quinetiã vapores plurimos mittit ad cerebrũ, quemadmodum & in vase dum vinum ex ea gignitur, apertissime conspicimus, nocent etiam vuæ ac ficus visceribus in scirrhum duratis, & infarctu laborã-

Ficus recens & sicca.

Ficuum electio.

De Euch. & cacoch.

Venenis remedium.

Vua.

tibus aduersæ. Veterascentes multum humiditatis recrementitiæ amittunt. Passæ vero, quæ ab Oriente vehuntur, abstergunt, amicæq. ventriculo & potissimum hepati a tota substantia sunt: tum vesicæ & renibus, nec non intestinorum dolori conferunt, & vniuersum corpus recte nutriunt: quamobrem & prima & secunda mensa, tuto edi possunt. E fructib. vero qui nullum aut certe modicum nutrimentum corpori tribuunt, quidã sunt qui facile descendunt, quique ante alios edendi sunt cibos: Alii vero sunt, quos post epulas sumsisse rectius est, sumi igitur ante cibum nonnulla fructuum genera, iussit Auicẽna, vt Melones, Mora, Chrysomela, Persica, Pruna, cerasa: huiusmodi namq. fructus nimium humorem & facile corruptibilem obtinẽt: quapropter quã citius fieri potest, de corpore pellendi sunt; id vero fiet si absque alio cibo sumãtur, deinde post ipsos ambuletur, & aliquid sumatur ad hoc vt labantur, vt Auicennæ sententia est: quinimo ait, quod ii fructus recentes non sunt boni, nisi corporibus exercitatis cholera rubea abundantibus, & in æstate: subditque rectius esse his obstinere, quoniam aquosum sanguinem generant, qui facile ebullit, subindeq putrescit. Tametsi enim ea ipsa hora qua sumuntur, refrigerando prosint calidis, quoniam frigidi & humidi sunt, tamẽ, (vt dictũ est) ad putredinem sua humiditate parant: similiterque sanguinem humore implent crudo, vt Melon viridis, qui Anguria vulgo dicitur; qui etiam altera ratione fugiendus est, quod in quemcumque humorem vertitur, quem in ventriculo inuenit. Quod si forte tibi liber prænominatos fructus sigillatim noscere, vt meliores, vel vt rectius loquar, minus malos deligas, paucis accipe. Melon inter fructus & humoris & nutrimenti est melioris, nec facile in humorem quem in ventriculo inuenit (vt Anguria) cõuerti est aptus: abstersiuusq. est, & vrinam prouo-

Passulæ. *Fructus ante cibum.* *Anguria.* *Melõ seu Melopepon.*

uocat

uocat: sed eo quo supra dictum est modo, comedendus est: alioquin putrescit, & ex putredine morbos generat acutos. Mora & si vim quandam stipticā sortita sint, ventriculo tamen infensa esse, & in eo qui debilis est, facile corrumpi, Auicenna putauit: Sunt calida & humida quæ dulcia sunt: acetosa vero frigida. His germana cerasa sunt: facile enim & putrescunt & corruptionem subeunt; minus tamen malum genus illud est, quod acerbum simul nec non & dulce beneque maturum est, quæ vulgo Maraschæ dicuntur: hæc enim minus putrescunt, & magis refrigerant; omnia tamen frigida & humida sunt: quorum alia dulcia, molliaq. dura alia habentur, & quæ adstringant magis. Deligenda priora illa, vt quæ melius concoquantur, faciliusq aluum subeant. Secūda magis faciunt ad ventriculum, qui in bilem agitur, quippe quæ nec facile omnino corrumpantur, & vētriculum adstrictoria facultate corroborent: immodico tamē horum vsu, nisi vna in corruptelam ab insitis humoribus trahantur, aquosus humor procreatur. Persica poma atq armeniaca frigido ipsa quoque atque humido temperamento constant: probe concocta tenuem humidumq sanguinem generant. Solent porro hęc quoque nisi facile aluum subierint, in corruptelam abire, & cum humoribus vna immutari quoscumque tandem offenderint: quamobrem quibus ęgre per aluum descendunt, consuluerim ego iis, omnino, vt ne ea quidem attingant. Nam Armeniaca quæ Græce Chrysomela, & Latine Mala aurea vocantur, dum humida & recentia sunt, putredini exposita admodum sunt, ideoque febres generant. Auicēna iubet mastichem & anisum cum vino de passis aut melle sumi cum eis debere. Persica auctore Dioscoride bona vētriculo sunt, & aluū leniunt ante cibum sumta si matura sunt, post aliū vero sumta & corrumpuntur & corrumpunt cibū. Sicca vero tam

Mora. *Cerasa.* *Maraschæ.* *Persica.* *Armeniaca.* *Persica.*

Persica quam Chrysomela, non ante, sed post cibum edenda sunt, quoniam dura valde ad concoquendũ sunt, abstinuisse tamen rectius est, quoniam præterquam quod grauia sunt ventriculo, parui quoq; sunt alimenti. Persica tamẽ, inquit Auenzoar, fœtorẽ oris vitio ventriculi procedentẽ remouẽt, nec, vt inquit, iuuamentum aliud obtinent. His Pruna cõmendantur magis; siquidem facile per aluum deiiciantur. Solent enim nonnullis hæc quoque corrumpi, non statim per aluum reiecta. Pruna quæ dulcia sunt, nimia humiditate debilitant ventriculum; quæ vero mediũ saporem nacta sunt, fortius bilem reprimũt: quorum etiam frigiditatem Auicenna emẽdare docuit potui aquæ mellis, & vino depassis. Sed tempus est, vt de fructibus qui post cibum edi possunt, nonnulla percurramus. Plures namque sunt, qui vapores caput ascendentes frenant, & os ventriculi roborãt, qualia sunt Malagranata, Cotonea, Pira, & id genus alia. Sed primo de his quæ & ante & post cibum edi possunt, varia ratione, agendum. Granatorum vero seu Punicorum cum tria sint genera, dulcia, acria, & inter hæc media. Dulcia quidẽ frigida & humida in primo gradu ventriculo & hepati conueniunt, spiritumq. & præcipue naturalem mirifice iuuant, adeoque inter pinguedinem facientia numerantur: materias item ad vias vrinæ leuius tamẽ quam acetosa, dirigunt. Itaque mihi summopere placent, quib. cum aliis anni temporibus, tum vel maxime autumnali, quacumq. mensa, ac præsertim cum tosto vescaris. Mediũ vero nacta saporem, dulcibus frigidiora sunt, vnde calefacto ventriculo peropportuna, mediocremque absterssionem cum stipticitate & refrigeratione nacta sunt. Admirabilem præter cætera, vim narrat Auenzoar, & confirmat Auerrois, quod prohibẽt corruptionem cibi in ventriculo, si fumosa aut similis odori ouorum fuerit: quod si acetosa corruptio

Pruna.

Punica mala.

Dulcia.

Media.

ptio sit,cauenda hæc esse,dulcia vero non obesse admonet: vnde & vice saporis media mensa, & post epulas ad roborandum os ventriculi, & prohibendū vaporum ad superiora motionem, tuto vesci poterit quicumque,præsertim calidi ventriculi. Acetosa vero maiorem frigiditatem sunt assecuta, quæ non nisi valde biliosis commodari possunt, quoniam intestinis sua acredine atq. etiam neruis officiunt. Potest tamen eorum acredo sacchari aut mellis dulcedine remoueri; magnam autem vim in exstinguenda bile feruida,& reprimenda vaporum eleuatione obtinēt: in vniuersum vero Punica omnia alimento leui constant,sanguinemq. perpetuo gignūt tenuem: suntq; ventriculo amica,& quæ mordaces succos aboleant: qua propter horum quoq. opportunus tibi vsus constet, quum videlicet in corpore exsuperare calor videatur,aut anni tempus tale vrgeat:alioqui superuacaneum fuerit,quæ pro medicamenti ratione sumūtur,his vt esculentis vti,præsertim cum contraria tēperamentum suggerat,quam rationis expers appetitus ac consuetudo postulet. Cotonea ex autumnalibus fructibus inter edulia adstringētia connumerātur:quæq aluum supprimant. Solent hæc nonnullis ante cibum sumta, aluum potius coercere: sicuti a cibo,emollire; quod minime mirum sit; quādo quidem ventriculi os adstringendi facultate comprimētia,alimoniam vi protrudant, quemadmodum sane in vtre quoque, ac vesica idem manibus præstamus, facileq contenta educimus,præsertim si repleta quidem vasa fuerint, vehementius autē superiores partes comprimamus. Inter hosce fructus maxime omnium adstringunt Sorba, Corna, & Mespila, quorum vsus maximus sit, vt medicamentorum: & quod ventriculo alioqui vtilia sint adstringendi vi: alimēti autem vice sumta, sanguinem exhibent minime commendandum: tum vero adstricta plus æquo al-

Acetosa.

Abusus vbiq. vitandus.

Cotonea.

Sorba.
Corna.
Mespila.

Mala. uo, nocumentum capiti, reliquoq. corpori inferunt.
Lib. 1. Ex Malis dulcia quidem (inquit Ægineta) maiorib.
cap. 81. reliquis in calefaciendo viribus pollent, facile transmittuntur, maxime assa, vel elixa. Acida magis refrigerant, & humores in ventriculo dissecant. Austera stomachum roborant, aluum supprimunt, cæteris tamen magis Cotonea. Ex pomis item bonitate
Poma cætera vincunt, quæ Regia appellantur: & ea fortasse
Regia. se sunt, quæ (præsertim in Hetruria) Appia & vulgo Mele rose vocantur, quæ ipsa quoque frigida non adeo sint; cordi vero amica, censentur, ideo quod vapores cor impetentes fuliginosos, humidosque repellant, nec sane minus sursum in caput delatos: denique noxam quoque ex vino in capite contractam sedant: neruos quidem tentant, ac memorandi vim retundere creduntur; potissimum quæ natura acida fuerint, nempe frigida hęc satis sunt, & substātiæ tenuitate sese iam ad profundum, addunt: probantur ex his magis, quę in hiemē reposita seruantur dulcia, maturitatem enim temporis mora, adepta plenioré cōgruo quoq. vsu aptiora redduntur, nec sane facile corrumpuntur; & pro ventriculis debilioribus in cineribus aut vaporibus aquæ diligenter coquuntur
Pyra. cum edenda sunt. Pyrorum pari etiam modo grandiora atque matura, eandem quidem facultatem seruant. sed vberius nutrimentum sumentibus suggerunt, ac ventriculo gratiora sunt. De Citriis pomis, Limoniis, Aurantiis, & Adami pomis, cum medicamenti potius quam cibi vices subeant, hic nihil dicimus: poterit quisque illorum historiam & vires
Lib. 1. apud Matthiolum videre in suis commentariis in
cap. 131. Dioscoridem. Oliuas maturas, & si inter ea, quæ
Oliua. ventriculo ac visui obsunt. Auicenna connumerat, alibi tamen grossas salitas quæ colymbades a Græcis vocantur, appetitum subleuare, & ventriculum confortare, præsertim si acetosæ sint, asserit.

Haec etiam ratione Cappares laudantur. Castaneas, quod grauis coctionis, crassique & crudi, licet non mali humoris materia sunt, ventumque egregie efficiunt, his qui multum laborant aut exercentur, relinquendas censemus; alioqui refrigerant & exsiccant, ac modice astringunt; alunt quoque & elixatæ flatuosæ facultatis plurimum remittunt, præsertim cum seminibus anisi aut fœniculi vel similibus coctæ. Nuces vulgares, quas Regias vocant, calidæ quidem censentur & siccæ; caput pertentant, si quis assidue vtatur: & ventriculo infestæ sunt, ac difficile concoquuntur; grauant linguam, & sermonem impediunt; licet recentes gratiores ventriculo & meliores sint; minus enim incommodi adferunt, quamuis crassi humoris materia sint, cum ficubus vna commansæ probantur magis, quod per aluum citius vna deiiciantur. Verum solas aut frequentes præsertim extra hiemem, vitasse, salubrius est. Nuces quas Ponticas appellant, hoc est, Auellanæ, quo nomine adstringunt, possint sane ventriculo idoneæ censeri; sed quæ nihilo tamen secius concoqui contumaces sint, ob confertiorem substantiam, qua præditæ visuntur, quodque aluum magis ideo adstringant, quamuis ab Auicenna laudentur, quod omnibus hepatibus conferant, propterea quod exigui sunt caloris: Calidæ enim & siccæ in primo sunt gradu, sicque calidum hepar non lædunt, & frigido conferunt, quinetiam, apertiuæ, boniquesucci materia sunt; attamen eas inflare, & ventositatem in inferiori ventre gignere, necnon capitis dolorem cum cerebri augmento facere, tardæque concoctionis esse, & vomitum ciere, tum earum corticem ventrem stringere: quapropter raro, nec ab omnibus edendæ sunt; Quod si fortasse ad sedandam tussim & iuuandum sputum eis aliquando, vesci contingit (etenim sputum facile reddunt.

Cappare
Castaneæ
Nuces
Auellanæ.

& tussim antiquam tollunt,) extrahendus de earum substantia succus fuerit. Nam leuioris in hunc modum coctionis, subtiliori expressa, & relicta crassiore substantia redduntur; modicoque adhibito præsidio anisi aut cinnamomi, omnis inflatio tollitur. Vtraque autem tam Auellana, quam nux cum ficubus esa, paruis venenis conferre solet, vt Auenzoar & posterior Auicenna testatur. Amygdalę dulces fere ęquales in calore, tum modice ad humorem decliues sunt, nisi rancidæ sint, tunc enim calidæ euadunt: boni, quamuis pauci, sunt alimenti: ad hæc, abstergunt, mundant, aperiunt, & præcipue splenis & hepatis obstructiones auferunt: tū pectus, renes & meatus vrinæ leniunt: sed quoniam somnum faciunt, & propter diuturnam in ventriculo moram (concoctu enim difficiles euadunt, si solæ deuorentur) vapores ad caput mittūt, etiam grauedinis causa sunt, quamobrem velim extrahi succum, quod vulgo lac dicitur, & ferculis aut saporibus hoc ipso, non duris amygdalis, autumno potissimum vesci expediet. ita enim facile descendet, & commoda absq. incommodis afferet. Optimum insuper paraueris edulium (præcipue æstate ac autumno, & tussiculosis) si harum cremorem succreto decoctoque hordeo immiscueris, aut alicui tali, amyloque inprimis: hoc enim omnibus præstat, vt quod tenuissimum sit, & concoctu facile, ac boni succi sanguinémque progignat nitidum & tenuem. Granum pineæ maioris fere temperatum est: exiguum enim calorem & humorem obtinuit, forteque alimentum nec malum, tribuit: & prauos intestinorum humores corrigit, debilitatiq corporis subuenit, corruptum humorem emendat, tussimque & putrefactas corporis materias castigat, & coitum excitat. Tardę quidem cōcoctionis, tum mordicationem & acrimoniam quandam in eo esse fatetur Auic. sed remed ū adhibet eius ipsius in

Contra parua venena. *Amygdala.* *Amygdalarum lac.* *Edulium ex amygdal. optimum.* *Pinea.*

feruenti

feruenti aqua infusionẽ. ita enim magnam absque læsione nutriendi virtutem assequitur: tum præcipit vt qui frigidiore sunt habitu, cum melle: qui calidiore aut cum sacchararo comedant: renes & vesicam insuper expurgant, ac roborant, eorumque vlcera prohibent. Vrinæ stillicidio opem mirifice præstant. Pistacia (vt Galenus inquit) parum præbent alimenti; tametsi infarctas humore iecinoris vias expediant, & a vitiis liberent. addit autem Auicenn. quod nauseam discutiant, & ventriculi os roborent, argumento esse subamaram, subausteramque qualitatem, quę gustu in his deprehenditur. quapropter non modo ad iecinoris infarctus, sed ad iecur ipsum ventriculumque roborandum, ea tam cibis quam medicamentis immiscentur; quin ad conciliandam venerem, & ad pinguedinem inducendam macie & marasmo affectis commendantur. Sunt vero remisse calida & sicca, adeo vt fere temperata iudicentur. nos æstiuo tempore parcius, hieme vero largius a calido etiam corpore edi posse censemus. Citri cortex & pręcipue conditus, hieme sumi potest; quoniam vt ex veterum sententia inquit Auenzoar, cor & reliqua membra principalia roborat; & licet prę duritie non facile concoquatur, magnum tamen ventriculo præsidium, & bonum ori odorem, pariterq. eius decoctum quando in ore tenetur, afferre notatum est. quin etiam flores ac etiam folia confortant ventriculum, pariterque vinum aut ius in quo infusus sit cortex. Caro autem & mala est ventriculo & pectori, & facit colicam, nisi forte cum despumato melle & aromate aliquo eius nocumentum tollatur. Anisi semen laudo, quod ventositates tollit, hepatisque & splenis obstructiones, non sine aliqua stiptica vi, aperit quinetiam si eius vapor naribus trahatur, vertiginem & capitis dolorem sedat, necnon vrinam prouocat. Fœniculum vero aliquanto calidius, tardi

Pinorum præparatio.

Pistacia. 2 de aliment.

Citri cortex.

Caro citri.

Anisū.

Fœniculum.

orisque concoctionis & praui alimenti materia est, obstructiones tamen aperit, ciet vrinam, & mirabilem proprietatem acuendi visum obtinuit: adeo vt Democritus serpentes ex ipso edere, & eo fricare oculos dum exeunt latebras, sit arbitratus. Coriandrum vero de cuius temperatura disceptant medici, (Galen. enim calidum, Auicen & alii frigidum dicunt) est quidem tardæ concoctionis, & teste Auic. confortat ventriculum calefactum, & vapores caussa ventriculi, præsertim biliosos, a capite prohibet, (id quod potius ratione aceti, quo præparatur, facit) sed tamen visus tenebrositatem generat imo quod plus Dioscorides mentem tentare scribit, & alibi inter venena recenset. ideo explodendus potius illius vsus præsertim frequens, neq. illi qualicunq præparationi fidendum natura enim eius tolli non potest.

Coriandrum,

POsteaquam cibi & potus genera quæ opportuna annotatione digna visa sunt, percensuimus: (nec enim omnia narrare decreuimus, quia longum opus & pene infinitum exstitisset,) nunc ad reliqua, quæ a medicis inter res non naturales appellatas numerantur, ad salutem conseruandam pertinentia, accedamus. Enimuero obseruandum est, ne vllo cibi aut potus genere replearis: sed assumendi cibi vniuscuiusque modus is esto, quo nondum satietas ceperit: sic enim exsuperans natiuus calor, cibos, qui in ventriculo continentur, confecerit. Præstat autem alimentorum quoq vires obseruasse, vt si ex iis fuerint, quæ valentius, & plus nutriunt. multo ante expletā appetentiam absistamus: sin eorum, quæ parum ac leuiter alunt, liceat plura ingurgitare: siquidem hæc diutius concoqui postulant, illa facile aluum subeūt. De potu coniectura facienda, pro sumti alimenti humiditate, ac siccitate. Et quamuis Hippoc. tolerabiliorem esse potus quam cibi repletionem pronunciarit. Et Auic. quorundam opinionem recitans, e-

Repletio.

ebrieta-

brietatem corpori semel in mense conferre dixerit: nos tamē, quia plus obesse quam prodesse potest, his præsertim qui debile caput assecuti sunt, ab hac sententia alieni semper fuimus. Profectò vinū & si natiuo colori maximè congruum est, attamen sicut superfluum oleum lucernæ lumen exstinguit: ita vinū calorem opprimit naturalem: ita vt multi homines superfluo vino suffocati perierint. Quod si quando in cibo aut potu excessisse contigerit, sequenti parcitate compensandus error: vt si prandium largius fuerit, parcior aut nulla sit cœna: Tum longiori somno indulgendum, & exquisitiori exercitio vtendum. Melius autem est reliquiis desiderii citra satietatem, à comestione & potu desistas: hæ namque famis reliquiæ post horam vnam destruuntur. Deterior autem comestio, (vt Auic. inquit) est quæ ventriculi grauitatem facit: & deterior potus est qui temperamentum egreditur, & in ventriculo natat. Quamobrem ad bonam cibi concoctionem & penetrationem sæpe & parum bibere cohortamur.

Ebrietas an conferat.

QVemadmodum vero nimiam repletionem fugiendam, ita nimiam quoq. famem & abstinentiam vitandam censemus. Excessus namque & defectus, vt sapientiores testantur, cōmittendi morbi vim obtinet, nunc vero disputandi nec locus, nec tēpus est, vtrum horum deterius sit. Compendiosum enim sanitatis regimen, non autem nunc medicas quæstiones scribimus. ne igitur diu famem patiare, propterea quod vniuerso corpori, & ventriculo prius eius ministro officit; illi quidem quod aridum & priuatione alimenti imbecillum redditur, huic autem quod ventriculus præter idipsum commune totius corporis incommodum, putridis item repletur humoribus. Quapropter dum sumendi cibi hora, certumque desiderium fuerit: quod ex alacritate & nulla ventriculi grauitate, tum etiam seruato in

Inanitio.

Nimia famis nocumēta.

Edendi tempus.

Lens. tur, quod abstergat, & vrinam cieat. Lentes vituperant, quia ventriculum lædunt, & obstruunt hepar ad hæc melancholicum humorem generant, & visum obtenebrant; atq. inter legumina pessimum omnium est edulium, vnde crassus, terrestris & atrabilarius sanguis gignatur; ventrem sistit, bis terve aut pluries etiam feruefacta, abiectoque iure quando minime ad hunc modum paratam, aluum subducere magis affirmant; sane ab hac abstinendum censeo, vt nocentissima & agrestibus accommoda magis. *Faba.* Fabæ vero grauiores ad concoquendum sunt, & ventositatem habent, quæ si vel trium dierum spatio decoquantur, ab inflatione tamen non liberantur. Vapores item prauos mittunt ad cerebrum, & propterea horribilia somnia faciunt; sanguinem generant crassum; relegantor igitur a te in victus ratione, licet abstergendi alioqui, atque enutriendi præditæ esse facultate videantur, quod si harum quandoque vsus tibi ingruat necessarius, præfertur ex his pulmentum, vt quod & abstergat magis, & flatulentiæ plurimum inter coquendum, remiserit, quod si semina præterea aliqua admisceas flatum discutienta, Græci ἄφυσα appellant, mellisque aliqu d ad hæc sic plurimum sane inde noxæ discusseris inter illa semina præcipua sunto carum, (vulgo carni) anisum, fœniculum, cuminum. *Phaselus* Deteriores his Phaseli sunt, vulgo Faseoli, qui calidi ac terrestres sunt, cerebrique spiritum conturbant, & praua inquietaque somnia faciunt, & vertiginem suis vaporibus pariũt. Satis iam de frumentaceis & leguminibus dictum; potes autem ex dictis etiam nõdum tractata dignoscere. In omnibus potiora censentur viridia, vt pote quæ leuem etiamnum humiditatem retineant; postquam enim hãc quoque temporis tractu amiserint, *Legumi num electio.* crassiora euadunt, terreaque magis. Ac quemadmodum arescentibus succosa præferuntur, sic crudis elixa,

elixa, & incoctis decocta. Post tractatum de legumi- *Rapa.* nibus, de oleribus quoque ac radicibus dicamus, arboreisque fructibus, atque autumnalibus. Raparum genera, & si Democritus omnino cauenda putarit, tamen Galenus Dioclis sententia fretus, laudauit, quod atram bilem cōcoquant, & commode vrinam cieant; & teste Auenzoar, quem Auerrois sequitur, mirabilem vim illuminandi oculorum aciem habent. Et quamuis plurimo abundent humore, qui solet officere ventriculo, & materiam vento suggerere; castigari tamen humor hic potest si primo in aqua largiore sale condita coquantur, tum expressas & nimio illo humore liberatas, ac in iure carnium complete decoctas, & (si opus est) modico aniso aut cinnamomo conditas, edere non dubito; iis germanæ radices illæ sunt, quæ vulgo Carottæ dicuntur: quibus decoctis, in Acetariis hieme vesci iure liceat. *Carotta.* Radicibus item Apii & Petroselini hoc pacto & tē- *Apii &* pore, ac potius in principio prandii vesci expediet in *Petrose i-* iure coctis, quoniam materias a superioribus ad in- *ni radi-* feriora, ciendo vrinam, trahunt. Vere autem & æsta- *ces.* te cichorii, quod intubum vocant Latii, radicem pa- *Cichoriū.* riter decoctam laudamus; nec minus folia dum tenella sunt. Radiculas infensas esse Galenus notauit, imo olerum omnium radices excrementitias esse *Radicu-* dixit, & concoctu difficiles. Adsunt item Endiuia & *la.* Lactuca, quibus tempore feruido in Acetariis & in ferculis vescamur, si mentham eis aut etiam aliis fri *Endiuia.* gidis rebus misceas, recte erit; quoniam mentha vim *Lactuca.* habet confortandi viscera, ac præcipue ventricu- *Mentha.* lum, crassumque ac prolificum sperma efficit, nec non spermatis vasa roborat: vnde in profluuio spermatis, quia potenter exsiccat, maxime confert, cuius item succus cum aceto haustus sanguinem ab interioribus manantem sanat; tum laudabili odore affecta & infusa proprietate lætificat; frequens ta-

Acetosa seu Oxalis. meh vsus generationem seminis prohibet exsiccando. Herba item quæ a sapore acetosa dicitur, per id tempus edenda est, quod frigida in primo gradu sit, miramque vim confortandi obtinet; subtili namq; stipticitate (vt Auicennæ vtar verbo) prædita est.
Portulaca. Portulacam vero fugiendam ducimus, quod nimiũ frigida, quippe in tertio gradu, tum eius nutrimentum paruum & illaudabile est, & appetitum deiicit; quamquam bili resistit, & manantem sanguinem a pectore potissimum cohibet. Eius tamen frigiditas (si quando vesci cõtigerit) mentha aut fœniculo tẽperatur.
Borrago. Buglossa. Borragine vero (quod est verum Buglossum) & vulgari buglossa vere nec non æstate, quin etiam duobus aliis anni temporibus in acetariis siue ferculis audacter vesci poteris, temperatæ namque complexionis esse dicuntur, & sanguinem cordi amicum ac lætitiam generant.
Lupulus Lupulis eodem artificio, vno tempore quo reperiuntur, & prima mensa, vesci contulerit; quoniam inter medicinas hepatis temperatas & aperitiuas vrinamque cientes nominantur.
Asparagi. Maioris autem prouocationis esse asparagos nouimus, ac melioris succi, quibus pariter ante cibos alios vescendum est. Siclam vero seu Betam,
Beta. quam vulgo *Bhiam* & *Mangold* vocant, in prima mensa pro ferculo, quod ex humore quem insitum habet, nitroso, aluum subducat, & hepatis atque splenis obstructiones aperiat, si alba sit laudamus; neque enim melancholicum humorem procreat, quod brassica facit. Nigram tamen Betam, quod fere atrum humorem generet, vituperamus.
Betæ radices. Betæ autem radices, subrubræ, rubræque valentius nutriunt, sanguinemque gignunt, longe quam folia, crassiorem; illud insuper obtinent, quod flatum pariunt: quum facile alioqui per aluum descendant; ideoque hæ quoque ad vsum aliquando adhibendæ.
Spinachia. Quas autem vulgo Spinachias dicunt, raro edendas censemus, quo-

quoniam superfluā humiditatē nactæ sunt; gutturi tamen & pulmoni conferunt, & ventrem leniunt; quapropter ante cibum edendæ sunt. Brassicam vero frigido & humido tēpore, vt calida & sicca, edi posse arbitror; quoniam abstergendi & lauandi vrinamque ciendi vim obtinet; ius tamen eius magis laudo; feruefacta hæc, nec abiecto humore emollit aluum; eandem adstringit quater, aut eo etiam plus proiecto liquore, atque ita deuorata. Atrabilarium humorem hæc plus iusto parit; substantia Brassicæ lædit os ventriculi, & visum obtenebrat; quapropter huius vsus, nisi vrgente penuria meliorum rerum, reiiciendus tibi. Et deterius illud genus, quod vulgares caputias vocant, Latine Brassica capitata; a Plinio lacuturris. Brassica omnis contra temulentiam pollere creditur, ob eam quæ inter vitem & Brassicam est, antipathiam; quando quidem obseruatum sit, vitem, ad cuius radices assita fuerit brassica, non paruo interuallo sponte sua refugere. ob id cū alii, tum præcipue Germani frequenter mensis apponunt, vt vini (quod parcius bibere præstaret) noxam effugiāt. Pollent hac in re magis caules ad rubedinem vergentes. Vidi aliquem doctum ac philosophum conuiuio accumbentem, in quo strenue potandum erat, foliolum caulis crudi clam prægustasse ac comedisse; quæ res illi ex parte profuit: Vinum tamen vires suas in illo exercuit quoquo modo. Damnantur item, quæ e rapis, e quibus etiam orta sunt, raputia vocantur, quod grauia vt concoquantur & atri humoris materia sunt. Petroselino autem hieme largius vesci expediet, calidum enim est in tertio gradu; obstructiones aperit, vrinamque prouocat: Æstate vero cum frigidis vt cum succo acerbę vuæ, dum in iure coquitur, necnon cum cucurbita & cucumere, si vesci contigerit. Sed rarius hisce vescendum est; quoniam hic crudi humoris materia

Brassica *Caputia cōtra vinum.* *Raputia* *Petroselinon.* *Cucumer Cucurbita.*

est & ad longas febres præparat;frigidique & humidi admodum est temperamenti,illa vero quod ventriculo & colo intestino infensa sit; & corporibus quibus phlegma aut atra bilis frigida dominantur, infensissima sit. si cruda estur in medio est peponum ac cucumerum. decocta melior euadit; frigidæ humidæque temperaturæ alimentum præstat, huiusq. plurimum vsus,vt medicamenti constat, alias inutilis, & minimum alimenti exhibere putatur, humoremque gignere aquosum; præsertim cum frigidum

Cheræfolium. nacta fuerit ventriculum; cum his etiam Cheræfolium herba misceri commode potest,quæ & ventriculo frigido accommoda, & grati saporis est. Amanitæ, Fungi, & Tubera, vt quæ frigidæ humidæque

Fungi & Tubera. naturæ sint, succumque generent crassum, crudumque,calido siccoque temperamento conueniunt;innocentiores redduntur Fungi muria asseruati, quod lentorem ex parte amittant;sed noscendi prius sunt boni,cum radice ortus sui,tum etiam generis & substantia; at satius erit ista athleticis hominibus relin-

Acrumina. *Cepe.* *Allia.* *Porrum.* quere. Acuta vero vt cepas, allia & porra, vtpote a studioso viro vel publico alienа, vitanda ducimus; nisi forte hieme his coctis & in Acetariis vbi pituita redundat, vti phlegmaticis liceat. Porrum cepis, Allioque probabilius, si decoctum edatur, multum enim succi mali, acrisque remittit elixatione; concoqui tamen quadantenus contumax hoc quoque esse censetur, ob fibrosum, quod illi inest: etiam si humores in thorace contentos, faciles reiectatu reddat,ob innatum lentorem: lotium hoc mediocriter mouet.

Fructus.

FRuctuum plura sunt genera, quorum nonnulla nutriendi vim obtinent: Nam (vt Auicenna inquit) Fructus nutriendi magis similes sunt ficus & vuæ bene maturæ,& Dactyli in regionibus & ciuitatibus in

bus in quibus esse consueuerũt: Parcius tamen meo consilio edendi sunt, quod ficus recens inflatiua est, &, Galeno teste, obest ventriculo: e sicca vero ficu genitus sanguis, malus est; ad hæc pediculos ambæ generant, cum propter corruptionem humoris earum, tum quod materiam de interioribus pellunt ad exteriora; & propterea Comitiali morbo & Apoplexiæ conferre ab Auicenna dicuntur. Impinguare item referuntur; & licet talis pinguedo modicum perstet, & ab alimento panis distet plurimum, earum tamen alimentum maioris roboris est nutrimento reliquorum fructuum, quoniam autem ficus velociter descendit & penetrat, viasque cibi abstergit & mundat, idcirco ante cibum edenda est. Meliores quidem esse albas, tum rubeas, postremo nigras, Auicẽna indicat, omnes etiam, renum arenulas repurgãt. Caricæ (inquit Galenus) cum nucibus sumtæ, cibi præstantissimi sunt, cum amygdalisque similiter, sed cum his obstructiones aperiunt, non tamen ita bonum succum præstant, nutriuntque, vt cum miscentur cum nucibus. Sunt qui Caricas cum ruta nucibus que præsumtas venenis vniuersis aduersari fateãtur. Vuæ pariter albæ nigris eligibiliores exsistunt, modo sit in cæteris loci & maturitatis paritas. Laudatur autem quæ præterquam quod bene matura est, præterea si duobus aut tribus diebus suspensa & soli exposita fuerit, hæc enim alimentum proximum nutrimento ficus præbet: quæ non aliter atque ficus ante cibum edenda est, quod aluum leniat; eius tamẽ vsus vesicæ incommodus est. quapropter ab his quibus renes vel vesica arenam vel calculos generant, vitanda est. multam etenim fæcem relinquit in corpore, quinetiã vapores plurimos mittit ad cerebrũ, quemadmodum & in vase dum vinum ex ea gignitur, apertissime conspicimus, nocent etiam vuæ ac ficus visceribus in scirrhum duratis, & infarctu laborã-

Ficus recens & sicca.

Ficuum electio.

De Euch. & cacoch.

Venenis remedium.

Vua.

tibus aduersæ. Veterascentes multum humiditatis recrementitiæ amittunt. Passæ vero, quæ ab Oriente vehuntur, abstergunt, amicæq. ventriculo & potissimum hepati a tota substantia sunt: tum veficæ & renibus, nec non intestinorum dolori conferunt, & vniuersum corpus recte nutriunt: quamobrem & prima & secunda mensa, tuto edi possunt. E fructib. vero qui nullum aut certe modicum nutrimentum corpori tribuunt, quidã sunt qui facile descendunt, quique ante alios edendi sunt cibos: Alii vero sunt, quos post epulas sumsisse rectius est, sumi igitur ante cibum nonnulla fructuum genera, iussit Auicẽna, vt Melones, Mora, Chrysomela, Persica, Pruna, cerasa: huiusmodi namq. fructus nimium humorem & facile corruptibilem obtinẽt: quapropter quã citius fieri potest, de corpore pellendi sunt; id vero fiet si absque alio cibo sumãtur, deinde post ipsos ambuletur, & aliquid sumatur ad hoc vt labantur, vt Auicennæ sententia est: quinimo ait, quod ii fructus recentes non sunt boni, nisi corporibus exercitatis cholera rubea abundantibus, & in æstate: subditque rectius esse his obstinere, quoniam aquosum sanguinem generant, qui facile ebullit, subindeq putrescit. Tametsi enim ea ipsa hora qua sumuntur, refrigerando prosint calidis, quoniam frigidi & humidi sunt, tamẽ, (vt dictũ est) ad putredinem sua humiditate parant: similiterque sanguinem humore implent crudo, vt Melon viridis, qui Anguria vulgo dicitur; qui etiam altera ratione fugiendus est, quod in quemcumque humorem vertitur, quem in ventriculo inuenit. Quod si forte tibi liber prænominatos fructus sigillatim noscere, vt meliores, vel vt rectius loquar, minus malos deligas, paucis accipe. Melon inter fructus & humoris & nutrimenti est melioris, nec facile in humorem quem in ventriculo inuenit (vt Anguria) cõuerti est aptus: abstersiuusq est, & vrinam prouo-

Passulæ. *Fructus ante cibum.* *Anguria.* *Melõ seu Melopepon.*

uocat

uocat: sed eo quo supra dictum est modo, comedendus est: alioquin putrescit, & ex putredine morbos generat acutos. Mora & si vim quandam stipticā sortita sint, ventriculo tamen infensa esse, & in eo qui debilis est, facile corrumpi, Auicenna putauit: Sunt calida & humida quæ dulcia sunt: acetosa vero frigida. His germana cerasa sunt: facile enim & putrescunt & corruptionem subeunt; minus tamen malum genus illud est, quod acerbum simul nec non & dulce beneque maturum est, quæ vulgo Maraschæ dicuntur: hæc enim minus putrescunt, & magis refrigerant; omnia tamen frigida & humida sunt: quorum alia dulcia, molliaq. dura alia habentur, & quæ adstringant magis. Deligenda priora illa, vt quæ melius concoquantur, faciliusq aluum subeant. Secūda magis faciunt ad ventriculum, qui in bilem agitur, quippe quæ nec facile omnino corrumpantur, & vētriculum adstrictoria facultate corroborent: immodico tamē horum vsu, nisi vna in corruptelam ab insitis humoribus trahantur, aquosus humor procreatur. Persica poma atq armeniaca frigido ipsa quoque atque humido temperamento constant: probe concocta tenuem humidumq sanguinem generant. Solent porro hęc quoque nisi facile aluum subierint, in corruptelam abire, & cum humoribus vna immutari quoscumque tandem offenderint: quamobrem quibus ęgre per aluum descendunt, consuluerim ego iis, omnino, vt ne ea quidem attingant. Nam Armeniaca quæ Græce Chrysomela, & Latine Mala aurea vocantur, dum humida & recentia sunt, putredini exposita admodum sunt, ideoque febres generant. Auicēna iubet mastichem & anisum cum vino de passis aut melle sumi cum eis debere. Persica auctore Dioscoride bona vētriculo sunt, & aluū leniunt ante cibum sumta si matura sunt, post aliū vero sumta & corrumpuntur & corrumpunt cibū. Sicca vero tam

Mora. *Cerasa.* *Maraschæ.* *Persica.* *Armeniaca.* *Persica.*

ptio sit, cauenda hæc esse, dulcia vero non obesse admonet: vnde & vice saporis media mensa, & post epulas ad roborandum os ventriculi, & prohibendū vaporum ad superiora motionem, tuto vesci poterit quicumque, præsertim calidi ventriculi. Acetosa vero maiorem frigiditatem sunt assecuta, quæ non nisi valde biliosis commodari possunt, quoniam intestinis sua acredine atq. etiam neruis officiunt. Potest tamen eorum acredo sacchari aut mellis dulcedine remoueri; magnam autem vim in extinguenda bile feruida, & reprimenda vaporum eleuatione obtinēt: in vniuersum vero Punica omnia alimento leui constant, sanguinemq. perpetuo gignūt tenuem: suntq; ventriculo amica, & quæ mordaces succos aboleant: quapropter horum quoq. opportunus tibi vsus constet, quum videlicet in corpore exsuperare calor videatur, aut anni tempus tale vrgeat: alioqui superuacaneum fuerit, quæ pro medicamenti ratione sumūtur, his vt esculentis vti, præsertim cum contraria tēperamentum suggerat, quam rationis expers appetitus ac consuetudo postulet. Cotonea ex autumnalibus fructibus inter edulia adstringētia connumerātur: quæq aluum supprimant. Solent hæc nonnullis ante cibum sumta, aluum potius coercere: sicuti a cibo, emollire; quod minime mirum sit; quādo quidem ventriculi os adstringendi facultate comprimētia, alimoniam vi protrudant, quemadmodum sane in vtre quoque, ac vesica idem manibus præstamus, facileq contenta educimus, præsertim si repleta quidem vasa fuerint, vehementius autē superiores partes comprimamus. Inter hosce fructus maxime omnium adstringunt Sorba, Corna, & Mespila, quorum vsus maximus sit, vt medicamentorum: & quod ventriculo alioqui vtilia sint adstringendi vi: alimēti autem vice sumta, sanguinem exhibent minime commendandum: tum vero adstricta plus æquo al-

Acetosa.

Abusus vbiq. vitandus.

Cotonea.

Sorba.
Corna.
Mespila.

Mala. uo, nocumentum capiti, reliquoq. corpori inferunt. *Lib.* 1. *cap.* 81. Ex Malis dulcia quidem (inquit Ægineta) maiorib. reliquis in calefaciendo viribus pollent, facile transmittuntur, maxime assa, vel elixa. Acida magis refrigerant, & humores in ventriculo dissecant. Austera stomachum roborant, aluum supprimunt, cæteris tamen magis Cotonea. Ex pomis item bonitate *Poma Regia.* cætera vincunt, quæ Regia appellantur: & ea fortasse sunt, quæ (præsertim in Hetruria) Appia & vulgo Mele rose vocantur, quæ ipsa quoque frigida non a deo sint; cordi vero amica, censentur, ideo quod vapores cor impetentes fuliginosos, humidosque repellant, nec sane minus sursum in caput delatos: denique noxam quoque ex vino in capite contractam sedant: neruos quidem tentant, ac memorandi vim retundere creduntur; potissimum quæ natura acida fuerint, nempe frigida hęc satis sunt, & substātiæ tenuitate sese iam ad profundum, addunt: probantur ex his magis, quę in hiemē reposita seruantur dulcia, maturitatem enim temporis mora, adepta pleniorē cōgruo quoq. vsu aptiora redduntur, nec sane facile corrumpuntur; & pro ventriculis debilioribus in cineribus aut vaporibus aquæ diligenter coquuntur *Pyra.* cum edenda sunt. Pyrorum pari etiam modo grandiora atque matura, eandem quidem facultatem seruant. sed vberius nutrimentum sumentibus suggerunt, ac ventriculo gratiora sunt. De Citriis pomis, Limoniis, Aurantiis, & Adami pomis, cum medicamenti potius quam cibi vices subeant, hic nihil dicimus: poterit quisque illorum historiam & vires *Lib.* 1. *cap.* 131. apud Matthiolum videre in suis commentariis in Dioscoridem. *Oliua.* Oliuas maturas, & si inter ea, quæ ventriculo ac visui obsunt. Auicenna connumerat, alibi tamen grossas salitas quæ colymbades a Græcis vocantur, appetitum subleuare, & ventriculum confortare, præsertim si acetosæ sint, asserit.

Hae etiam ratione Cappares laudantur. Castaneas, quod grauis coctionis, crassique & crudi, licet non mali humoris materia sunt, ventumque egregie efficiunt, his qui multum laborant aut exercentur, relinquendas censemus; alioqui refrigerant & exsiccant, ac modice astringunt; alunt quoque & elixatæ flatuosæ facultatis plurimum remittunt, præsertim cum seminibus anisi aut fœniculi vel similibus coctæ. Nuces vulgares, quas Regias vocant, calidæ quidem censentur & siccæ; caput pertentant, si quis assidue vtatur: & ventriculo infestæ sunt, ac difficile concoquuntur; grauant linguam, & sermonem impediunt; licet recentes gratiores ventriculo & meliores sint; minus enim incommodi adferunt, quamuis crassi humoris materia sint, cum ficubus vna commansæ probantur magis, quod per aluum citius vna deiiciantur. Verum solas aut frequentes præsertim extra hiemem, vitasse, salubrius est. Nuces quas Ponticas appellant, hoc est, Auellanæ, quo nomine adstringunt, possint sane ventriculo idoneæ censeri; sed quæ nihilo tamen secius concoqui contumaces sint, ob confertiorem substantiam, qua præditæ visuntur, quodque aluum magis ideo adstringant, quamuis ab Auicenna laudentur, quod omnibus hepatibus conferant, propterea quod exigui sunt caloris: Calidæ enim & siccæ in primo sunt gradu, sicque calidum hepar non lædunt, & frigido conferunt, quinetiam apertiuæ, bonique succi materia sunt; attamen eas inflare, & ventositatem in inferiori ventre gignere, necnon capitis dolorem cum cerebri augmento facere, tardæque concoctionis esse, & vomitum ciere, tum earum corticem ventrem stringere: quapropter raro, nec ab omnibus edendæ sunt; Quod si fortasse ad sedandam tussim & iuuandum sputum eis aliquando, vesci contingit (etenim sputum facile reddunt.

Cappares *Castaneæ* *Nuces* *Auellanæ.*

& tussim antiquam tollunt,) extrahendus de earum substantia succus fuerit. Nam leuioris in hunc modum coctionis, subtiliori expressa, & relicta crassiore substantia redduntur; modicoque adhibito præsidio anisi aut cinnamomi, omnis inflatio tollitur. Vtraque autem tam Auellana, quam nux cum ficubus esa, paruis venenis conferre solet, vt Auenzoar & posterior Auicenn. testatur. Amygdalę dulces fere ęquales in calore, tum modice ad humorem decliues sunt, nisi rancidæ sint, tunc enim calidæ euadunt: boni, quamuis pauci, sunt alimenti: ad hæc, abstergunt, mundant, aperiunt, & præcipue splenis & hepatis obstructiones auferunt: tū pectus, renes & meatus vrinæ leniunt: sed quoniam somnum faciunt, & propter diuturnam in ventriculo moram (concoctu enim difficiles euadunt, si solæ deuorentur) vapores ad caput mittūt, etiam grauedinis causa sunt, quamobrem velim extrahi succum, quod vulgo lac dicitur, & ferculis aut saporibus hoc ipso, non duris amygdalis, autumno potissimum vesci expediet. ita enim facile descendet, & commoda absq. incommodis afferet. Optimum insuper parraueris edulium (præcipue æstate ac autumno, & tussiculosis) si harum cremorem succreto decoctoque hordeo immiscueris, aut alicui tali, amyloque inprimis: hoc enim omnibus præstat, vt quod tenuissimum sit, & concoctu facile, ac boni succi sanguinemque progignat nitidum & tenuem. Granum pineæ maioris fere temperatum est: exiguum enim calorem & humorem obtinuit, forteque alimentum nec malum, tribuit: & prauos intestinorum humores corrigit, debilitatiq corporis subuenit, corruptum humorem emendat, tussimque & putrefactas corporis materias castigat, & coitum excitat. Tardę quidem cōcoctionis, tum mordicationem & acrimoniam quandam in eo esse fatetur Auic. sed remediū adhibet eius ipsius in feruenti

Contra parua venena. *Amygdala.* *Amygdalarum lac.* *Edulium ex amygdal. optimum.* *Pinea.*

feruenti aqua infusionē. ita enim magnam absque læsione nutriendi virtutem assequitur: tum præcipit vt qui frigidiore sunt habitu, cum melle: qui calidiore aut cum saccharo comedant: renes & vesicam insuper expurgant, ac roborant, eorumque vlcera prohibent. Vrinæ stillicidio opem mirifice præstant. Pistacia (vt Galenus inquit) parum præbent alimenti; tametsi infarctas humore iecinoris vias expediant, & a vitiis liberent. addit autem Auicenn. quod nauseam discutiant, & ventriculi os roborent, argumento esse subamaram, subausteramque qualitatem, quę gustu in his deprehenditur. quapropter non modo ad iecinoris infarctus, sed ad iecur ipsum ventriculumque roborandum, ea tam cibis quam medicamentis immiscentur; quin ad conciliandam venerem, & ad pinguedinem inducendam macie & marasmo affectis commendantur. Sunt vero remisse calida & sicca, adeo vt fere temperata iudicentur. nos æstiuo tempore parcius, hieme vero largius a calido etiam corpore edi posse censemus. Citri cortex & pręcipue conditus, hieme sumi potest; quoniam vt ex veterum sententia inquit Auenzoar, cor & reliqua membra principalia roborat; & licet prę duritie non facile concoquatur, magnum tamen ventriculo præsidium, & bonum ori odorem, pariterq. eius decoctum quando in ore tenetur, afferre notatum est. quin etiam flores ac etiam folia confortant ventriculum, pariterque vinum aut ius in quo infusus sit cortex. Caro autem & mala est ventriculo & pectori, & facit colicam, nisi forte cum despumato melle & aromate aliquo eius nocumentum tollatur. Anisi semen laudo, quod ventositates tollit hepatisque & splenis obstructiones, non sine aliqua stiptica vi, aperit quinetiam si eius vapor naribus trahatur, vertiginem & capitis dolorem sedat, necnon vrinam prouocat. Fœniculum vero aliquanto calidius, tardi

Pinorum præparatio.

Pistacia. 2 de alim. ment.

Citri cortex.

Caro citri.

Anisū.

Fœniculum.

orisque concoctionis & praui alimenti materia est, obstructiones tamen aperit, ciet vrinam, & mirabilem proprietatem acuendi visum obtinuit: adeo vt Democritus serpentes ex ipso edere, & eo fricare oculos dum exeunt latebras, sit arbitratus. Coriandrum vero de cuius temperatura disceptant medici, (Galen. enim calidum, Auicen & alii frigidum dicunt) est quidem tardæ concoctionis, & teste Auic. confortat ventriculum calefactum, & vapores caussa ventriculi, præsertim biliosos, a capite prohibet, (id quod potius ratione aceti, quo præparatur, facit) sed tamen visus tenebrositatem generat imo quod plus Dioscorides mentem tentare scribit, & alibi inter venena recenset. ideo explodendus potius illius vsus præsertim frequens, neq. illi qualicunq præparationi fidendum natura enim eius tolli non potest.

Coriandrum.

POsteaquam cibi & potus genera quæ opportuna annotatione digna visa sunt, percensuimus: (nec enim omnia narrare decreuimus, quia longum opus & pene infinitum exstitisset,) nunc ad reliqua, quæ a medicis inter res non naturales appellatas numerantur, ad salutem conseruandam pertinentia, accedamus. Enimuero obseruandum est, ne vllo cibi aut potus genere replearis: sed assumendi cibi vniuscuiusque modus is esto, quo nondum satietas ceperit: sic enim exsuperans natiuus calor, cibos, qui in ventriculo continentur, confecerit. Præstat autem alimentorum quoq vires obseruasse, vt si ex iis fuerint, quæ valentius, & plus nutriunt. multo ante expletã appetentiam absistamus: sin eorum, quæ parum ac leuiter alunt, liceat plura ingurgitare: siquidem hæc diutius concoqui postulant, illa facile aluum subeũt. De potu coniectura facienda, pro sumti alimenti humiditate, ac siccitate. Et quamuis Hippoc. tolerabiliorem esse potus quam cibi repletionem pronunciarit. Et Auic. quorundam opinionem recitans, ebrieta-

Repletio.

brietatem corpori semel in mense conferre dixerit: nos tamē, quia plus obesse quam prodesse potest, his præsertim qui debile caput assecuti sunt, ab hac sententia alieni semper fuimus. Profecto vinū & si natiuo colori maxime congruum est, attamen sicut superfluum oleum lucernæ lumen exstinguit: ita vinū calorem opprimit naturalem: ita vt multi homines superfluo vino suffocati perierint. Quod si quando in cibo aut potu excessisse contigerit, sequenti parcitate compensandus error: vt si prandium largius fuerit, parcior aut nulla sit cœna: Tum longiori somno indulgendum, & exquisitiori exercitio vtendum. Melius autem est reliquiis desiderii citra satietatem, a comestione & potu desistas: hæ namque famis reliquiæ post horam vnam destruuntur. Deterior autem comestio, (vt Auic. inquit) est quæ ventriculi grauitatem facit: & deterior potus est qui temperamentum egreditur, & in ventriculo natat. Quamobrem ad bonam cibi concoctionem & penetrationem sæpe & parum bibere cohortamur. *Ebrietas an conferat.*

QVemadmodum vero nimiam repletionem fugiendam, ita nimiam quoq. famem & abstinentiam vitandam censemus. Excessus namque & defectus, vt sapientiores testantur, cōmittendi morbi vim obtinet, nunc vero disputandi nec locus, nec tēpus est, vtrum horum deterius sit. Compendiosum enim sanitatis regimen, non autem nunc medicas quæstiones scribimus. ne igitur diu famem patiare, propterea quod vniuerso corpori, & ventriculo primis eius ministro officit; illi quidem quod aridum & priuatione alimenti imbecillum redditur, huic autem quod ventriculus præter idipsum commune totius corporis incommodum, putridis item repletur humoribus. Quapropter dum sumendi cibi hora, certumque desiderium fuerit: quod ex alacritate & nulla ventriculi grauitate, tum etiam seruato in *Inanitio.* *Nimia famis nocumenta.* *Edendi tempus.*

teruallo inter horas edendi congruo, cognosces, edas. Arabes sexdecim horas adhibent; nam in duobus diebus ter solum edendum esse opinati sunt studiosis vel non adeo calidis viris decem horas sufficere posse arbitror, his præsertim qui nec replêtur, nec duræ coctionis cibis vescuntur; aliqui octo communiter statuunt horas. Sed pro consuetudine, (nisi admodum mala fuerit) & appetitu naturali, singulis horæ distinguendæ erunt. Cœna vero parciore vti præstiterit, si vel vigilandum sit, vel capitis debilitate, aut grauedine labores, vel fuerit ventriculus imbecillis; secus enim, sit prandium leuius, si per consuetudinem fieri potest; quæ in sene mutari nequit, in iuuene paulatim ad meliorem mutanda est: largior enim cœna melius succedente somno concoquitur. qui concoquendi facultatem iuuat. Accedit frigidior & obscurior noctis aer, quo fit vt spiritus ad internas partes collecti, minimumq. animi & sensuum functionib. distracti ac resoluti, maximum sumpto cibo præsidium vt concoquatur, afferunt; ad hæc interuallum longius cœnam quam prandium sequi assolet quanquam monuimus magnam rationem consuetudinis habendam esse; quæ (vt antea dixi) in iunioribus pedetentim in melius mutanda est, in ætate vero prouectioribus, ni pessima sit, seruanda. Illud etiam monuisse nō pigeat, cibo sicciore in cœna vescendum esse; vnde assatas carnes ad resecandas humiditates superfluas in cœna potius laudandas, mane autem elixatas.

An cœna maior esse prandio debeat.

Consuetudo quādo mutāda.

Cœna cibus.

Danda quoque opera est, vt quotidie alui & vesicę extrementa opportune de ventre exeant. Et quoniam vt maximus Arabum obseruator Auenzoar inquit, Conuenerunt omnes medici quod in ventrem mollem homini seruatur sanitas, & cū ab aliis morbis, tum vel maxime a pleuresi hoc beneficio hominem præseruari. quod si forte accidat vt aluus inobedien-

Excremēto ūsur- g[...] Quib. rē[...] [...]dia e-

dientior sit, passulas ante cibũ bene maturas hieme atque alio tempore cum sacharo præsertim exesas, magno futuras auxilio arbitramur; quæ (vt antea dictum est) ventriculo etiam & hepati amicæ nimirũ sunt. Sunt & alii fructus, sed minus salubres, quibus per æstatem & autumnum vescare, de quibus abunde supra dictum est, vt Mora, Pruna, Melones, Ficus & vuæ bene maturæ; qui ante cibum sumti alvũ mollire nati sunt. Accedunt & fructus stiptici post cibũ sumti, vt Pyra, coronea; de quibus satis abundeque supra dissertum est, tum Mespila & alia id genus cibũ comprimentia; quin etiam Beta vel Spinachia ante cibum iuuerit verno præsertim tempore, quo herbarum vis plurimum valet. Antiqui magnis præconiis Maluam extulere, cuius & hoc peculiare munus est (si vocabuli rationem quærimus) vt aluum molliat; Quod si hæc non suffecerint, ad Mercurialis auxiliũ vna cum his ipsis, vel solam confugiendum est. quod si forte humorum repletio acciderit, per inediam seu diætam tentandum est an resolui valeant. Namque abstinentia (vt Galen ait) est vnus euacuationis modus. Et Damascenus inquit, si per Diætam curare potueris, omnia prospera succedent. Si vero in tantum creuerint, quod diæta satisfacere haud possit, educendi humores pharmacis leuioribus sunt, duabus potissimum anni partibus, vere scilicet & autumno. Congrua vero pharmaca æstate Cassiam fistulam vel syrupum rosarum solutiuum; Vere autem & autumno Rhabarbarum, Agaricum, ac Senam; tum Electuaria cognita, vt lenitiuum, Diacatholiconem, Diasebesten, bene concocta. tamen prius (ni furiosa aut venenosa sit) & præparata materia cum iis quæ genus præsentis ac dominantis humoris respiciũt, laudamus. Agarici vero & Rhabarbari aut Senæ calor & siccitas permistione refrigerantium & humectantium qualia sunt Pruna & Myxa seu Sebestena & flo-

mollienda sit.

Passulæ.

Beta.

Malua.

Mercurialis.

Diæta.

Humorũ purgatio quãdo & cum quibus fienda.

res cordiales mitigari & tolli poteſt; cum quibus ob ſtomachi imbecillitatem non nihil aniſi vel cinnamomi addendum. Et ſi opus foret in magno caumate pharmacum ſumere, tunc cum aquis vel potius decoctis oxalidis ſeu acetoſæ, Endiuiæ, Borraginis, Violarum, Cichorii, Lupulorum ac Paſſularum ebibatur, prout expediens fuerit, periti etiam medici cõſilio. Cæterum nullum eorum quæ dicta ſunt aut aliorum ſumi, admodum copioſe debebit. Siquidem nonnulli (ait Galen.) in præſens gaudent, ſi copioſius deſederint; verum quanto magis ſunt vacuati, tanto his venter ſequentibus diebus magis adſtringitur; id quod veriſſimum eſſe, præter ratiõnẽ ipſam quotidiana fere experientia videmus; qua de re præſtat in talibus oleo per inferna infuſo, aut re alia leniente, aluum ducere. Sed hoc Germanis vt plurimũ ægre quis perſuadeat, qui per os malunt remedia ſumere tantus eos ea in re tenet pudor.

5. de Tuenda.

Aluum post ſolutionẽ adſtringi.

Somnus.

QVoniam autem ſani maximam ſomni curam habere debent, ne diminutus neve ſuperfluus, ſed temperatus exſiſtat, quo eius ipſius percipiantur commoda, & vigiliarum fugiantur incommoda; idcirco nonnulla de ſomno & vigiliis admonere decreuimus, quorum illud apertiſſimum ſit, ne modũ excedant. Vtraque enim ſuprá modum facta (teſte Hippo.) impedimenta afferunt. Nimius etenim ſomnus cum pluri humore, tum ſuperfluitatũ omniũ præter ſudorem, retentione, grauat atq. debilitat ac veluti elixat, & etiam ſenſus omnes obtenebrat inſtar plurimi cineris operientis ignem exſtinguentiſque: ita vt Auicenna eum ipſum obeſſe animæ pronuntiarit, e contra moderatus a cibo ſomnus corpus vniuerſum humectum reddit, huiuſque penitiſſimas quaſq. partes irrorare creditur, facultateſq. noſtras exſuſcitate, ac ſenſoria innouata redintegrare, naturalemq. vna ſpiritum, vitalemq. & animalẽ, ac veluti de

2. Aph. 3

Nimius.

Moderatus.

ti denuo corpus totum reficere. Ante cibum exſiccãdi vim præſtat, corporiſq noſtri madorem omnem depaſcitur, interius ſe agente calore: Nihil enim aliud eſt ſomnus quam ſenſuum detentio ſuauior quędam, caloriſq. ad interna reuocatio, iſq ſi alimentum quod ſatis ſit appoſitum ſibi offenderit, conficit hoc, inq. vniuerſum corpus diſtribuit: idemq. præſtat, crudiores aliquos atq incoctos humores nactus: Sic porro fit, vt ad hunc modum ſomni cibum præcedentes commendentur, nullo vero reperto hic alimento, familiares naturaleſque humores inuadunt, hoſque ipſos abſumunt. Superfluæ item vigiliæ omnes virtutes & principes vitæ functiones impediunt quod natiuum calorem (vt Auerroes inquit) refrigerant inſtar ignis qui nimio motu difflatur: Tũ vero ſpiritum reſoluunt, & maxime debilitant cerebrum, ac plurimo vapore oppletum reddunt. Temperatus vero ſomnus (vt antea dictum) vitalẽ vim roborat, & virtutem naturalem potentem efficit ſuas perficiendi operationes. quarum potiſſima cibi concoctio eſt, quinetiam virtutem animalem requieſcere facit debilitatemq. e ſtudiis & laboribus contingentem remouet Ambiget vero quis de ſomni menſura, an tanta eſſe debeat, quantam ab Hippoc. conſtitutam legimus: quippe qui ſomnum laudabilem & naturalem eum pronuntiat, qui noctem non effugiat, & diem non impediat Qui veterum mos eſſe videtur ſi Homero credimus, qui hominum mores & ſtudia diligenter conſcripſit, inclinato enim ſole, facit hominem ab opere ceſſare: exorto autem, ad obeũda munera excitare bona ex parte videtur: vt totam noctem dormiendum, diem autem vigilandum eſſe putarit. Nec ab re alibi ventres hieme & vere calidiſſimos, & ſomnos longiſſimos eſſe dixit Hipp. inter diurnas vero ſomni horas minus malum eſſe matutinum tempus vſq. ad tertiam diei horam, in Præfa-

Ante cibum. *Quid ſit ſomnus.* *Vigiliæ ſuperfluæ.* *Somni menſura* *1. aph. 16.*

giis enuntiauit. Sed quia consuetudinis ratio maxima habenda est, vt idem Hipp. alibi innuit, idcirco hieme noctes integras dormiendas nō esse arbitror. Octo namq. horæ ætati & communi consuetudini quorum scribimus satis superq fuerint, nisi quis imbecillam valde concoquendi vim in ventriculo nactus sit. Æstate vero æqualem nocti somnum laudamus, quoniam breuiores sint noctes: quinetiam spirituum dissolutionem & siccitatem per somni mensuram largiorem compensasse iuuerit, vt matutinis horis ac etiam meridie si opus sit, nonnihil somni acceptasse præsto sit: quamquam meridianum somnum euitasse, nisi forte maxima obstet consuetudo, ac præsidiū ex eo persentiscas, rectius est: quod humectantes morbos & humorum defluxum pariat, corrumpat colorē, inflet splenem, neruos laxet, pigritiam generet, appetitū debilitet, ad abscessusq. & febres præparet. Sed, vt diximus, tantā vim habet consuetudo, vt in naturam transeat: & quemadmodum ex sapientum testimonio, sunt homines, qui prauos cibos edere consueuerunt, nec obsunt illis: ita de somno censendum est, præsertim quando viget necessitas quia vigilatum antea sit, ac spiritus calore & labore mentis vel corporis, magnopere dissoluti exsistant: quippe qui instaurationem quærentes, ad interna se recipiant: Vnde relictis sensibus, contingit somnus. Quid enim aliud est somnus quā sensuum vinculum quo requiescunt, vnde quies nominatur? Attamen hortor, vt æstiuo præsertim tempore, vna ad minus post prandium elapsa hora omni cogitatione & cura vacuus, aut leuis rei cuiuspiam & facilis lectione recreatus, sed eas: & absque somno quiescas. Hęc enim requies cum plurimis nō minus atq somnus, imo fortasse magis conferre solet, quia commoda absq. incommodis afferat: colliguntur enim spiritus, & laxata mentis cogitatione, admodum

2. Præ II Somni spatiū. *Meridianus somnus.* *Consuetudinis vis.* *Quid somnus.* *Æstate vt fallēdus somnus.*

refocillantur. Quod si coegerit somnus, & tāquā fur inuolauerit, (hoc. n. epitheto sapiētes Græci somnū appellare non dubitant) capite erecto, thalamiq. occlusis fenestris per vnius horæ spatium dormies. Illud vero diligentissime obseruandum est, ne illico post cœnam dormias, sed inter cænam & somnū cōueniens interuallum ad minus horæ vnius cum dimidia intercedat. Expectandum namq est donec cibus a superiore parte ventriculi ad inferiorem descēdat: quod vt citius & facilius fiat, post cænam leuiter ambulandum est: Sic eñ fiet, vt somnus quietior & continuatior sit, & cerebrum a vaporibus qui ascendere solent, quū in ore ventriculi diutius moratur cibus, longe minus grauatum sit. Decubitus vero si longiuscula post cænam mora fuerit, tum ambulatio iuuerit ita vt cibus ad ventriculi partē imam deuenerit, super sinistrum latus fiet: quoniam hepar super ventriculum hoc in situ melius adiacet, & coctioni pręsto nimirum est. Super ventrem item dormire optimum est, quoniam situs hic calorē continet naturalem, quo cibus concoquitur. Quod si forte prius quam cibus de ore ventriculi descēdat, aliquo casu dormiendum sit, primo super dextrū latus cubandum fuerit, donec cibus a superiori parte descenderit: (os namq. ventriculi in sinistra locatum est parte) tunc enim ad sinistrum aut super ventrem voluēdum est corpus, vt cōcoqui in parte carnosiore ac calidiore, non absq nominatis præsidiis, facile possit. Supinus autem vitādus est situs, quoniam ad prauos morbos pręparat, vt lethargiam, incubū, apoplexiā: nec sine caussa: materias namq, ad posteriora & occiput hic situs inclinat: easq ne per proprios exeant canales videlicet palatū & nares, prohibet. Posteaquā vero conueniens somni mensura expleta est, fricationes, vt supra diximus, primum tibiis, deinde brachiis, anteriori & posteriori parti corporis adhibendæ

Non illico a cæna dormiendum.

Qualis in somno decubitus habendus.

Quid a somno agendum.

ſunt, corpuſque induendum & fęces veſicę, tum alui excrementa deponenda ſunt, tum caput fricandum & pectendum, totumq. corpus extendendum eſt: oculique ſi opus ſit, roſacea & fœniculi aqua lauandi ſunt; denteſq aliquo dentifricio abſtergendi, tum aliquid maſtiches, aut galãgæ bonæ, aut (ſi pituita magis infeſtet) radicis herbæ quam imperatoriam ſeu magiſtrantiam vocant, maſticandũ eſt: quia ſuperfluas humiditates a capite extrahunt, capitiq ac ventriculo ſublime præſidium adferunt. Quinetiam poſt cœnam ſi forte dormiendum citius fuerit, aut repletior ſit ventriculus, aut debilior, ac præſertim humidiore cœlo, hæc maſticaſſe contulerit, aut thuris albiſſimi granulum vnum aut alterum deglutiiſſe. Sed de iis haſtenus. Nunc ad reliqua tranſeamus.

Maſticatoria.

Animi accidentia.

CVm vero maxima corporis & animi cõnexio ſit, vt ſola imaginatione multas & varias tum ingẽtes corporis mutationes, quinetiã mortem fieri videamus, ad ſanitatem ſeruandam bene compoſitum animum plurimum conferre putamus. Recte igitur in Canticis Auicenna ad morbos euitandos maximam curam animi habendam eſſe notauit: quod ante ipſum Galen pronuntiauit abſtinendũ eſſe ab intemperantia harum omnium animæ affectionũ, iræ & triſtitię, furoris & timoris, inuidię & ſolicitudinis: quia exterminãt & mutant, ab eaque ſecundum naturam eſt conſiſtentia. Moderata vero lætitia, cũ ad omnes animi functiones perficiendas, tum vel maxime ad concoctionem celebrandam, vt triſtitia ad tollendam, impenſo auxilio eſt: a triſtitia igitur ſiue deſperatione, (nã ſpiritus triſtis exſiccat oſſa) cauendum eſt omnino, lætitiæque Chriſtianæ, (non Epicureæ) incumbendum. Nam, vt Auicenn. inquit, Lætandi frequentia diſponit ad lætitiam, quam duo maxima ſequuntur commoda: Vnum eſt robur virtutis naturalis: tum ſpirituum regeneratio aſſidua, &mi-

Moderatio animi & cõſtãtia habẽda.

Lætitia.

Triſtitia

Salomon in Prou.

& minima illorum dissolutio sequitur. Alterum autem est eius ipsius spiritus dilatio. Sensum praeterea temperate oblectare iuuat, vt visum pulcritudine rerum: auditum harmonia, odoratum suaui odore; qualis aestate est aquae rosaceae odor: non dixi rosarum aut violarum, quoniam sua humiditate replent caput vapore: Hieme vere ligni aloes, quod cerebrũ ac cor & viscera, tum sensus omnes confortat mirificeque laetificat. A calidis vero nimium & acutis odoribus cauendũ quoniam ad cerebrum vapores mittunt. Gustatum vero sapore medio, qualis est qui e sacchato & granatorum succo aut cotoneorum per decoctionem spissato conficitur, aut simili temperato, nec excedente qualitate infesto. *Sensuũ propria oblectatio.* *Odorat9.* *Gustus.*

De Venere.

TActus autem delectatio & voluptas perquam mediocris esse debet: etenim dum excedit, spiritum & calorem innatum supra modum resoluit humidumque radicale seu naturale quo natiuus alitur calor, exsiccat: vnde morbi, ne dicam mors, eam ob caussam, citius quam ferat natura accidũt. Quam ob rem cum in coitu maxima spirituum resolutio fiat, ab illius excessu magnopere (praesertim literarum studiosis & macris) cauendum est: tametsi consuetudinis (vt saepe dictum est) rationem habendam ducimus. Paulatim (vt Hipp. ait) ex vno ad aliud trãsire licet, & non aliter: Vnde Galen. & ante ipsum Arist. in Problematib. naturae infensas mutationes repentinas affirmat, Dionysiumq; pulsum regno, propter continentiam aegrotasse concludit, cum repente ex incontinenti factus esset continẽs. Ita cum Galeno concludamus: Quod Venereorum vsus concedi potest, si tãtũ interualli in eorũ vsu adhibeatur, vt neq; resolutio aliqua sentiatur, & ipse seipso homo quodammodo leuior factus, ac melius spirare videatur. Illud vero ex ratione & experientia addiderim, *Tactus:* *Coit9 magna nocumenta.* *2. Aph. 51.* *Consuetudinis vis.* *Arte medica cap. 86.*

phæam 12. diebus bibunt, genitura & coitu priuantur Sed denique lauta copiosaq. cibaria domittantur præter necessarium tuendæ sanitatis vsum. nā Venter, Pluma Venus, laudem fugienda sequēti. Memini me aliquando legisse, referēte Chrysostomo, Christum dominum nostrum dum in terris ageret, ita parum comedisse ac bibisse, vt superfluum illud alimentis non generarit Sed in hac re vt in multis aliis, paucissimos illum habere imitatores puto, & si plerique in ore habeant, omnem Christi actionem, nostram esse instructionem. ad finem rei propositæ accedamus. Quum vero natura appetens coitus est, nō cogitatione, nec concitata extrinsecus, sed multitudine spermatis incitata, eligenda hora fuerit opportuna. Enimuero postquam cibus concoctus est, non tamen fames adest, coeundum est: vt inde etiam somnus aut quies sequatur, quæ lassitudinem illam ex coitu contractam tollat, aut saltem leniat. Potius enim (si errandum est) super cibum, quam supra nimiam alimenti indigentiam (vt Gal docet) peccandum est. melius enim (id est minus malum) est calefacto magis, quam infrigidato: & pleno, quam vacuo: & humecto potius corpore, quam exsiccato, vti Venereis, docuerat autem prius temperiem in his eligendam esse: vt non super calefactū, non infrigidatum, non humectum, non siccatum: non repletum, non exinanitum sit corpus Neq; hic eam Solonis legem habere locum velim, qua cauerat, cum longius abstinerent, vt ter in mense omnino congrederetur vir cum vxore: cum multis vel semel nimium sit: nec coitus res sit necessaria ad indiuidui conseruationem, sed speciei tantum. Sed Ethnico Soloni relinquatur sua lex Accidit studiosis sæpius vt pituitosus succus capite in frigidum natura ventriculum decurrat, quib. non difficile succurritur, sine mane aliquid medicaminis seu cōfectionis diatrion pipere-

Tempus coitus.

Loco quo supra.

Solonis lex explosa.

Ventriculo frigido vt succurratur.

on nempe drachmam vnam vel alteram, sumserint. Sed & piper solum, præcipue quod album est, comminutum, atq aquę immixtum, bibere iis licet, vel zingiberis conditi parum, aut chebulum cōditum summo mane sumant.

Aer.

AErem, tametsi postremo describimus qualis in cōseruanda sanitate eligi debeat, eum tamen præcipuum, nec aliis minus curandum ducimus: assidue namq eum ipsum inspirare necesse est, vt competēs refrigerium cordi & spiritibus adferat. Hæc enim inter alias maxima homini necessitas est. vt vix momēto temporis viuere valeat, nisi nouus ad cor refrigerandum aer adueniat. Optimum itaq. hoc est, purissimum in pulmones trahere, omnibus iuxta salubre est. Nam impurus aer, omni ætati aduersatur. At vero quæ ex calore frigore, siccitate, humiditateq. diuersitas aeris contingit, nō perinde se ad omnes homines habet: sed corporib. quæ optimo sunt temperamento, etiam optime temperatus aer est saluberrimus. in quibus vero aliqua exsuperans qualitas dominatur, iis vtilissimus aer est, qui ei qualitati pari gradu aduersatur: mutatur enim temperamentum contraria victus ratione. custoditur simili. Obseruādum igitur (qua fieri potest) ne in corrupto & fœtido aut turbato in aere, tum valde frigido aut nimiū calido nimisve humido degas, aut flatibus vaporosis exposito, quales sunt qui de meridionali plaga ad nos perueniunt. Degendum hieme in loco aprico versus orientem exposito: semper tamen a Solis radiis, meridie præsertim, vitandum est caput: quoniā præterquam quod caput calefaciunt, materias etiam ad ipsum trahunt: quamobrem grauitatis nonnunquam & fluxus sanguinis narium caussa sunt. Magis autem Lunares radii præcipue cum dormitur, fugiēdi sunt. Prauos etenim morbos efficiunt, propterea quod Luna mouet humores. Pariter nocturnum aerem

Aer vt variandus.

Hiemis habitatio.

rum fugiendum censemus, quoniam Sol vitæ dator a nostro discessit Hemisphærio. Quod si forte hieme turbatus (qui animam vt inquit Auicen tristificat) & caliginosus sit aer, aliqua (si non ex omni datum sit) parte compensandus est: quod fiet si domi aut operto loco cumplusculas diei horas traxeris: tū vero thalamum in quo degis, laudabilium lignorum exustione calfacias, vel tum iuniperi aut ligni aloes suffitum adhibeas. Æstate vero temperatior locus eligendus est, cuius fenestræ versus Septentrionalem plagam sitæ in propatulo sint: &, si opus est, aqua rosacea & aceto rorandus est thalamus, præsertim cum fœtor, aut alias fortasse malus vapor fusus in aere sit. Auicenna montanum aerem æstate laudat & superiorem domus partem nocte, inferiorem die habitandam censet Habitationē Arist. elegit altam ad meridiem orientemq. spectantem, sub aere subtili, nec humido nec frigido. Et Plato lōgæuos in altissimis atque temperatis reperit regionibus. Illud vero sciēdū est, aerem sublimiori parte vbi a radiis Solis reflexis non incalescit, frigidū esse: & quo altior est, eo frigidior: Ob id habitare mediis in domibus hieme, sublimibus in æstate, optimum est. Cauendum inter reliqua (quod ad exercitium spectat etiam) ne dū incalueris, te vento aut gelido aeri exponas: quod huiuscemodi mutationes naturam plurimū lædunt, frigusq. cum meatus obstruendo humorum refrigeriū & vaporum difflationem impedit, tum innato calori, cerebroq. potissimum & neruis officit. In vniuersum autem Hipp. sententia præ oculis habenda est, cuius verba citasse non piguit: ait enim plurimū atq. repente euacuare, vel replere, vel calefacere, vel refrigerare, siue quouis alio modo corpus mouere periculosum: quoniam omne nimis est naturæ inimicum: Sed quod paulatim fit, tutum est tum alias, tū cum ab altero ad alterum transitus fit Denique cum

Æstatis habitatio.

Aeris electio.

Repentinam omnē mutationē esse fugiendā.

1. Aph. 15. Ne quid nimis.

Nocenti aeri cum cõtrariis resistēdũ. Victus qualitas vt variãda.

magnus in aere exsistit ardor, danda maior opera est, vti frigido in aere degatur: tum & cibis qui & humectent & refrigerent vescendum, & in vniuersum regimine frigido & humido ad caliditatem & siccitatẽ aeris frenandas vtere: sicut dum frigida & humida inualescit hiems, calidiorem & sicciorem victum adhibere vtilissimum est. Exsiccatiuum autem regimẽ primo vere potissimum, autumno autem humectatiuum, laudatur. Æstate vero & autumno fugienda exsiccatio est. Conuenienti autem regimine tempori æstiuo, & in fine veris & principio autumni vtendum: at principio veris & fine autumni, simile regimen hiemali esse debet.

Sũma salubris victus. Sect.1. prob. 47. 6.Epid par 4. Aph.20. Vt Christi[illegible] vi[illegible] [illegible]um. Paul ad Tit.2.

Coronidis tandem vice memineris amice & candide lector, optime dictum esse illud. Cibis haud satiari, impigrum esse ad laborem, genitale semen conseruare res esse longe saluberrimas: atq. Aristot. in problematis, Hippocratem imitatum, vniuersam bonæ valetudinis rationem in cibi ac potius parcitatem, & laboris mediocritatem referre. Cum autem etiam propter peccata veniant aduersa, non obliuiscamur in nostra nos legitima vocatione seu vitę genere, Deo patri nostro approbare: atq; abnegata impietate & mundanis concupiscentiis, sobrie, iusteq. & pie viuamus in præsenti seculo, exspectantes beatã illam spem, & illustrationem gloriæ magni Dei, & seruatoris nostri Iesu Christi, qui dedit semetipsum pro nobis, vt redimeret nos ab omni iniquitate, & purificaret sibi ipsi populum peculiarem, sectatorem bonorum operum.

FINIS.

GVILIELMI

GRATAROLI BERGOMATIS, MEDICI CLARISSIMI,

DE MEMORIA REPARANDA, AVGENDA, CONSERVANDAQVE, AC DE REminiscentia; tutiora omnimoda remedia, præceptionesque optimæ.

Liber, cuiusuis facultatis studiosis, apprime vtilis, immo maxime necessarius.



FRANCOFVRTI
Ex Officina Paltheniana, sumtibus Viduæ Petri Fischeri.

M. D. XCVI.



SERENISSIMO AC PIO BOHEMIÆ REGI MAXIMILIANO perpetuam felicitatem a Domino Deo precatur Gulielmus Gratarolus Doctor Medicus.

DVM postremam, inclyte Rex, meorum opusculorum editionem paro, in qua plus annum eam conatus sum adhibere diligentiam quam Horatius intelligit, cum in nonum annum premi lucubrationes iubet: contingit, vt literas acceperim a nobili doctissimoque iurisconsulto & paternæ Regiæ maiestatis, tuæque prudentissimo consiliario D. Gasparo a Nydbruck, qui (vt etiam tua nouit serenitas) in sua ista florenti ætate non solum mores hominum ac multorum vidit vrbes, verumetiā apprime studiosus est omnis fere generis bonorum librorum scrutator & collector: quibus in literis scribit librum meum superiori editione maiestati tuæ dedicatum ac datum, ab eadem clementer ac benigne susceptum, & ab omnibus tuæ serenitatis atque serenissimæ Reginæ medicis plurimum commēdatum fuisse. quorum omnium tanti equidem iudicium facio, vt non adeo curem si fortasse pluribus aliis minus placuerit. nō igitur augustius nomen vnquam opto, sub cuius perpetuo splēdore ac patrocinio nunc longe nitentius opus in ampliorem exeat lucem: tua namque maiestas (vt superiori quoque tēpore scripsi) animo meo semper arrisit, quum variis de caussis quas longum esset recensere, tum quia inter cæteros Principes ac Reges, non tantum apud potentes Germanos, & bellicosos Hispanos, sed etiam Italos (vt alias quas non nunc gentes omittā) sanctē audiat tua optima spei maiestas: faxitq; omnipotens Deus, vt indies, quoad fieri iuste potest, vna cum nomine crescat & res. Huc accedit quod etiam intellexerim, ornatissimam apud T. M. perstrui bibliothecam, tali Rege non indignam,

in qua spero, non postremam partem obtinebit liber meus, qui priore sui parte mirum in modum eos iuuabit, qui ex ea vel quacunque alia librorum suppellectile proficere in ediscendo voluerint: eorum namq; libellorum vnus est De Memoria recuperanda conseruandaq;: secundus De Physiognomia: tertius Prognostica perpetua certaq; continet. Caeterum cum sapientis & philosophi proprium sit rationem & causam sui operis reddere, dicam breuissime, quid me potissimum ad hac mouerit. In tanta librorum ac discentium copia, videbar mihi ita monente Deo, rem studiosis non inutilem me facturum, si de Memoria (& si argumenti talis plura bona alias extstet opuscula) succincte pracepta & selectissima remedia indicarem: quam si quis iusto praconio ornare velit, multas opplebit chartas, actumq; aget. Quis enim est qui nesciat Memoriam vniuersorum sensuum communem fore arcam? siquidem quicquid vel oculis conspicimus, vel auribus haurimus, aut deniq; ipsa mente concipimus, vsui ac meditationi seruiat: de qua Seneca in prafatione libri Declamationum: Memoria, inquit, est res ex omnib. partibus animi maxime delicata & fragilis, in quam primum senectus incurrit, &c. De Physiognomia itidem non est quod multa prafari velim: nam si concesserimus (vt concedere par est) sapientissimum Deum non abs re corporum atq; hominũ varietatem fecisse; dubio procul fatebimur, hanc diiudicandi facultatem probe tractatam, & vtilem admodum & bonam esse. Cum enim sine vllius rei adminiculo solus Deus in corde videat, magisq; anima quã corporis scrutator exsistat, homo tantum in facie & ab extrinsecis intrinseca cognoscit. Quis cordatus princeps seruum in familiam accersat, nisi ante solerti examine ex facie mẽtis nota, ex oculis animae fenestris, & ex omni deniq; corporis situ & specie naturam illius rimetur atq; exploret, num frugi & rei familiari vsui futurus sit? Proditum est memoria, Pythagoram a principio statim adolescentes prius quam in disciplinam suam admitterentur, φυσιογνωμονεῖν *consueuisse, hoc est, indolem ex oris, vultus, totiusq; corporis serie atq; habitu seruatũ, num ad philosophandũ apti essent, quod reluctante genio haud*

feliciter

feliciter aliquid cedat. Quamuis autem illud interdum præter communem philosophorum fidem & sententiam longe secus euenire cernas, vt e corpore deformi insignes prodeant virtutes, hoc tamen eatenus fieri existimandum est, quatenus animus diuini numinis afflatu, philosophiaq; adminiculis adiutus, externas omnes virtutique contrarias exsuit affectiones, & reb. honestis inuigilat: vt Socratis, inter cæteros, exemplo notũ est. Cum enim Zopirus ex solis lineamentis coniecturam faciens, diceret, eum multis vitiis obnoxium esse, fatebatur Socrates se natura propensum ad ea vitia esse sed commemorabat se ratione ac diligentia regere ac coercere. Illorumque opiniones explodendæ sunt, qui cæco quodam iudicio vanam physiognomiæ artem censent, quæ iam a priscis illis statim temporib. ad hanc nostram vsq; ætatem longissimis obseruationibus, multo rerum vsu, variisq; euentibus comprobata, ex certis & peculiaribus corporis humani indiciis naturam inuestigandam tradidit. Nec me latet humanam naturam moribus, doctrina, & legib. constrictam, sæpius scelera occultare, ac probitatem honestatemq; præ se ferre: attamen vt timidus ex fuga aliquando cognoscitur: ita passionibus aliis alii affectus dignoscuntur: ac (vt inquit ille) Heu quam difficile est crimen non prodere vultu. Et quamuis non pari modo mortales affectus & detegãt, & aperiant, nemo tamen ad harum alteram partium tam caute inclinat animum, quin tempore procedente deprehendi queat, siue is secunda eleuetur sorte, siue egestate prematur. id enim quod casu fit, siue virtutis, siue vitii speciẽ gerat, ordinem minime statuit: sed qua in parte mens affixa maneat speculandũ est, indeq; actiones nominandæ sunt. Tertium De perpetuis prognosticis adieci, cum viderem quotannis incertas prædictiones fallacesq; (caussa equidem difficillima astrorũ scientia, ac humani ingenii cæcitate atq; audacia) inuulgari volens nimirum ex iis quæ sub sensibus cadunt, ostendere longe certiorem esse prædictionem. Non nouas artes scientiasue propterea me allaturum nunc polliceor; verum earum quæ a clarissimis viris inuentæ sunt, partem vtiliorem aliquam dilucidare ac facilẽ reddere augereq; nitimur. Neq; illud a me exspectetur in his

opusculis, quo varios adducam sæpius auctores, cũ nullam fere auctoritatem expostulem. præterquam experientia ipsa exhibebit. Quod ad stilum spectat, vsus sum (id postulante operis materia) nõ Latinissimis verbis & abstrusis, sed perspicuitate qua potui, id est, vocabulis plurimum vsitatis seruata illorum significatione. Nunc serenissime Rex luculentius mea erga T. M. perpetuæ obseruantiæ symbolum dare non potui: neque ego, vt moris est, partem aliquam tuarum laudum attingam, quod nec idoneus sim tãto muneri, nec hactenus defuerint aut defuturi sint doctissimi viri, qui hanc prouinciam subierint. Quamuis, vtpote qui bonorum principum exemplum iam esse inceperis, humanis laudibus non egeas, satis ex re ipsa commendatus. Me vero tuæ Maiestati humillime commendo ac dedo. Christus Deus optimus maximus M T. quam diutissime incolumem ac florentem suis donis augeat ac seruet. Basileæ. Cal. Febr. M. D. LIIII.

LIBER





LIBER HIC DE MEMORIA & reminiscentia diuidetur in capita septem.

Primum caput declarat quid sit Memoria, vbi vigeat, quam vtilis & necessaria sit, &c.

Secundum potissimas, quibus lædatur, caussas, earũque notas continet & curationem.

Tertium quomodocunque memoriæ nocentia præcipua ostendit.

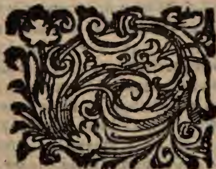
Quartum similiter iuuantia particularia enumerat.

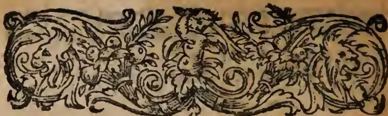
Quintum nonnulla probatiora selectioraq. medica remedia composita continet, seruantia multũque augentia memoriam.

Sextum philosophica consilia, canones & præcepta reminiscentiæ narrabit.

Septimum caput breui sermone de locali vel artificiosa memoria agit.

Dictorum breuis epilogus vltimo ponitur.





QVID SIT MEMORIA, VBI VIGEAT, QVAM *vtilis & necessaria sit,*

CAPVT PRIMVM.



Emoria est, ꝑ quā animus repetit illa quæ fuerũt. Vel, Est firma animi rerũ & verborũ dispositionis perceptio. Aut (vt Aristoteles opinatur) imaginatio est, quæ ab his quæ sensus deprehenderat, remanet. Platonis aũt sentētia, Memoria est sensus & incolumitas: nam anima sensuũ officio adipiscitur quæcumq. sub sensũ cadũt, indeq; opinionis origo est. Sed per mētē ipsam intellectualia animaduertit, & intelligentia fit. At memoria amissa per reminiscentiā denuo resumitur: nā cũ obliuio siue memoriæ amissio duplex sit, perpetua videlicet & tēporanea, in hac quidē reminiscētia agit, de qua inferius suo loco dicetur neque alterius partis animæ aut cerebri est effictio seu imaginatio, alterius vero memoria: sed in subiecto eodem insunt, atque eiusdem partis animæ functiones, & vtraque est totius cerebri, in cuius toto corpore fusa est princeps sentiendi anima: non absque ratione tamen antiqui dixere diuersas capitis ac cerebri partes ab his animæ functionibus occupari. Sedem igitur habet memoria in occipitio in tertio

tertio vocato ventriculo, quem & puppim vocant. Longum esset ac pene superfluum hic (vbi studeo breuitati) cerebri totius anatomen describere, quā in multorum libris videre licet, præsertim doctissimi pariter & diligentissimi Andreæ Vesalii. Dicam tamen aliquid breuissime ad rem nostram propius faciens. Tres animæ operationes sunt in cerebro, phantasia seu imaginatiua, ratiocinatio & memoria. Primæ duæ in duobus ventriculis cerebri maioribus, tertia in tertio & minori exercetur. Inter cerebri caua animalis spiritus tenuis purus, mundissimusque versatur, atque talis defertur memoriæ: quæ quidē claritate & subtilitate spiritus indiget. Quod si non aperiatur via illa qua transit spiritus ad puppim cerebri, nihil homo reminiscitur: & contra qui velocem habent huiusce viæ aperitionem, prudentes sunt, & velociter respondent; vt sunt quidam cholerici: qui vero pigram illam & tardam habent, pigri sunt & tardi ad discendum atq. respondendū; suntq. tales vt plurimū phlegmatici vel melancholici, crassisq. ac multis cibis ac potibus vtentes. Rari quidem reperiuntur, qui felici ingenio, & fœcunda memoria dotati a natura sint. siquidem ingenium subtilem & mollem cerebri substantiam, memoria permanentem indicat. Dicit quoq Galenus capite duodecimo Artis medicinalis, ingenium quidem subtilem cerebri substātiam indicat tarditas vero intellectus crassam, &c. Huic functioni deseruiens spiritus, a corde per arterias ad caput subuolat, & exterius nos cingēte aere alitur, diuturnitatemq. consequitur. Et denique conueniunt physici omnes, Memoriam potissimum pollere ex bona temperatura organi sedisve, in qua hanc functionem anima exercet. Indicium etiam erit eos valere memoria, quibus in posteriora caput protuberat: eandem infirmam experiuntur quibus ibidem velut complanatum ceruici exæqua-

tur. Sciendumque quod ſapere fit ex ſpirituum bonitate: boni vero ſpiritus ſunt qui claritate ac motu temperati ſunt & ſubtilitate. Plato in Theęteto: Nõ recte, inquit, anima ſe habet in denſo, aut lutulento, aut molli nimis, aut duro. Intemperies autem multifariam contingit: nam ex vtero quis tam validam nonnunquam contrahit, vt non ſolum memoria, ſed & ratio lædatur, atque ita ſtultitia fiat: cuius inter cætera ſigna, vt habet Ariſtoteles primo De Animalium natura, ſunt prægrandes & erectæ aures: Si Solem, Arietem aut Scorpium peruagantem aliquo naſcente Luna adeat, ei cerebrũ adeo affligit, vt melancholica paſſio paululũ adultis oboriatur. Ex prauo itẽ victu frequens eſt cerebri intẽperatura; quandoq ex inſalubri ambientis aeris conſtitutione: nam vetus eſt dictũ, vbi ſit ſiccior aer, ibi fere etiam eſſe acriora ingenia, animamq prudentiorem ſeu promtiorem: ſic craſſum cœlũ & pingue, ingenia gignit hebetiora. Eadem diætę eſt ratio, vt etiam habet Gal. in libro. Quod animi mores, &c. Quinetiam ex caſu, ex percuſſione, ex morbo & aliis id genus iniuriis labefactatur, quorum exempla varia & ex Thucy. li 2. belli Pelop. & ex aliis haberi poſſunt. quidam ictus lapide, oblitus eſt tantũ literas, ex præalto tecto lapſus, matris, affinium & propinquorum cepit obliuionẽ: ſui vero nominis oblitus eſt Meſſalla Coruinus orator. Ecce igitur quam fragilis ſit omnium pretioſiſſimus hominis theſaurus. Memoria inter humanę naturæ commoda, teſte etiam Seneca, primum ſibi locum vẽdicat: nam multa legere ſtudioſis facile, multaq. intelligere bono atq. exercitato ingenio nõ difficile eſt, verum ea congerere, & in memoriæ ſcrinio conſeruare, ita vt non effluant, neceſſarium ac præcipuum humanæ vitæ bonum. Vt teſtatur Plin. lib. 7. c. 24. Cyrus Perſarum rex omnes ſuos milites nominatim appellabat, Mithridates duarum & viginti

gentiḥ

gentium rex, totidem linguas absq.interprete & audiebat & alloquebatur; nec desunt innumera pene quorumcunq. temporum exempla præstantissimæ in hominibus memoriæ. Quibus igitur non est tam excellens memoria, labore vt eam assequantur, opus est, sine qua vix in virum excellentē quisquā emerget: fieri enim solet, vt quantum quisq. memoria emineat, tantum eniteat & sapientia, nisi sit somnolentus, atq otiosus. Et poetæ non ab re sapientiam memoriæ filiam finxerunt: ac de ipsa recte scriptum est, *Vsus me genuit, mater peperit memoria* Nonnulli iam ætate prouecti, hac arte freti, ad literas se conferentes, non multis mensibus in viros euasere doctissimos. Quo igitur pacto ea acquiri augeriue possit ac seruari, hoc opere differemus. Constat autem cum plurib. doctis, tum vero Ciceroni, memoriam habere quiddam artificii, & non omnem a natura proficisci: Sic igitur & nos prius docebimus quo victus genere, quibusve medicaminibus ea acquiri firmariq. possit, breuia, clara, vsuq. probata ponentes: postea, de artificiosa memoria, quę eadem ipse est naturalis, sed præceptionibus quibusdam firmatur, ac obseruationibus, locis, imaginibusque constat, succincte agemus.

Caput secundum, præcipuas quibus lædatur caussas, earumq. notas & curationem continet.

DVæ sunt caussę principales quę obsunt memorię, frigiditas & humiditas: quæ frigiditas vel sola est, vel cum humiditate coniuncta: omittemus corruptionem, quæ fit a calido & sicco intensis, plus tamen nocet frigiditas humiditate: ea siquidem confundit naturam, neq. eius opus ingreditur nisi tamquam subdominans instrumentum. Humiditas vero retentiuæ contrariatur, quæ sicco proportionato confortatur: nam siccitas superflua nocet, præsertim

apprehensioni, dum impedit ne insigillentur formæ. Frigidi est sistere, & calidi mouere: ergo frigiditas impedit motum necessarium ad memorandum Retentionem vero impedit humiditas Denique cum frigiditatis filia sit obliuio, vt & Paulus Ægineta, & reliqui tenent, dicendum ac tenendum est, eam magis obesse memoriæ, quam noceat humiditas. Propter frigiditatem enim quæ humores & spiritus cõgelauit, spectrum seu species imprimi non potest. Quorum igitur memoria vel intellectus perit, somnos etiam obseruare oportet, vtrum vehementer an modice somnolenti sint, aut omnino nõ somnolenti, sed secundum naturam habeant. Sic enim vincentem inuenies intemperaturam: nam ex multo ac profundo somno, humiditatem obesse: ex vigilia, siccitatem: ex horum medio æqualitatem & bonam humorum proportionem cognosces. Ad hæc considerandum, vtrum excernat quippiam ex naribus, vel ex ore quod a capite defluat: an aridę ex toto vel vt plurimum huiusmodi partes sint, atque antecedentium caussarum & externarum cognitio capitis dispositionem declarabit, quo idoneam dispositioni curationem adhibere possis. Vbi dominatur cerebri humiditas, multa somni cupiditate tenentur, oris plurima est saliua, & in naribus oculisque pituita frequens: omnes motus hebetes sunt. Tales præsentia recordantur & nuperrime gesta: dudum vero facta, aut nequaquam aut difficile recordantur: nam humiditatis cerebri est facile admittere, & dimittere quaslibet impressiones.

Siccitate dominante, quæ humiditati contraria est, ex contrariis signis indicatur: adsunt enim capitis vigiliæ, leuitates & rarissima illarum superfluitatum emanatio, quæ a naso, palato, & oculis expelli solet: oculi sunt caui, cito calui fiunt, aurium tum abundabit cerumen. Quantum vero ad memoriam

spectat,

ſpectat, præſentia difficilius inſcribuntur, & inſcripta diutius tenentur: inde fit, vt quæ antea geſta ſint facilius memorentur & reddantur, quam quæ nuperrime geruntur. Exemplo ſint ſenes, qui geſta ab ineunte ætate recitant ordinatim, præſentia vero non recordantur aut confundunt. Hoc etiam contingit ſenibus: quia ex frequentatis actibus fit habitus: hinc fit vt decrepiti bene recordentur antiqua, quoniam ſæpius circa illa vel illis ſimilia conſiderauerunt: male autem noua: quod illis impreſſio non facile fiat ob duritiam ſenſorii.

Si dominatur frigiditas, his facies albet, lumina languent, venæ inconſpicabiles fiunt, ſomnolenti ſunt, partes ad caput attinentes parum calidæ erunt, nec rubicundæ: mens erit ſtupida, vertigineque grauatum caput, & tardæ rememorationis. Hæc qualitas, vt prædiximus, valde officit, & animi facultates imminuit, inerteſq. efficit: nam vt calidi eſt mouere, ita frigidi econtrario facere: ſcias tamen in vniuerſum, viuentis cerebrum calidius eſſe aere æſtiuo, vt Galenus habet in De vſu partium.

At cum viget in cerebro caliditas, his notis facile innoteſcet. nam quæ circa caput ſunt, calida magis ac rubicunda ſentiuntur: oculos cernes verſatiles, eorumque venas magis apparentes: capilli in lucem editi ſtatim oriuntur, nigri, robuſti, criſpique fiunt: breuibus ſomnis nec profundis contenti ſunt: motuũ velocitas & recordationis ineſt. Si vero auctior ſit, & facta innaturalis caliditas, vigiles erunt. Hic nimius calor animales ſpiritus excoquit, in fumoſq ac fuligines diripit & ſuccos generandis ſpiritib. aptos torrefacit. Qua de re felici vel tuta memoria deſtituuntur.

Si vero duæ qualitates adiungantur, ſigna earum tanta proportione cognoſces, quanta iſtæ qualitates aut intendentur, aut remittẽtur: nec difficile fuerit.

radicium ex præmissis; vt si fuerit caliditas & siccitas extra temperiem, aderit permixtio sensus, vel phrenitis iuxta intensiorem gradum qualitatum. constat igitur memoriam posse medicinali artificio seruari, augeri & exsiccari, cum constet cum morbo minui, deficere, & deprauari.

Quo itaq ad curandi rationem, victus primo pro caussarum varietate mutatur, vt infra dicemus. Annotandum vero prius est, obliuionem a natura reportatam, non facile remoueri posse, nec quę a causa calida & sicca fuerit, sano in cæteris corpore. Hoc etiam interdum euenit, vt præter consuetudinem sit diminuta vel abolita memoria; tunc timendum est de peiori ægritudine, nisi ocyus succurratur, scilicet Lethargia, Epilepsia, Apoplexia, Paralysi, cæterisque id genus quæ a phlegmate in cerebro fieri solent, pro quibus ad medicos confugias. Si etiam ob extremam senectam memoria perierit, frustra laborandum admouendis scilicet remediis, non est; sed tantum conueniente victus ratione contentos esse oportet, denturq cibaria & linctuaria humectantia & restaurantia, siccitatemque arcentia.

Si propter vehementes purgationes cæterasque immodicas inanitiones, vel a siccitate memorię noxa superuenerit, victu tantum reficiente succurrere oportet; corroborato siquidem corpore, collectisq. viribus memoria reparatur. Cibi conferent igitur succulenti & boni succi, qui facile concoquantur in ventriculo; vinum sit rubrum, maturum, dilutum; exercitia moderata & citra fatigationem; caput clementer fricetur; prolixe dormiãt; molliter cubẽt; tepidęaquæ balneis vtantur; sudationes vitent; capiti abraso epithemata infundãtur, vel fomentationes, ex decocto florum chamæmeli, meliloti, seminis lini, hordei decorticati, aut ex lacte recens mulcto; inungatur oleo susino, amygdalino, dealthea, butyro

non

non ſalito. Sumant conſeruam boraginis, bugloſſi cortices citrei conditas, & ſimilia.

Si a frigida cerebri intemperie ſola ſine materia malum ortum fuerit, opponatur caliditas frigiditati, & pariter humiditati ſiccitas, cum temperamento tamen, in caliditate enim & ſiccitate naturali omnis æqualitatis debet eſſe proportio, vt ne quid nimis; quia calor naturalis non eſt purus calor, ſed compoſitus, in quo eſt proportio omnis æqualitatis. non enim omnis caliditas bonam memoriam facit, nec omnis ſiccitas; ſed quæ proportione reſpondet temperamento, nec fluat in intemperiem immoderatã, cuius vis eſt actum propriæ virtutis tollere. Cauendum eſt ergo ne nimis cerebrum calefaciamus, aut exſiccemus nimis. Et qui temperato eſt capite, caueat ne medelas apponat. Qui igitur corruptionem memoriæ patiuntur ex immenſo calido & ſicco, quã coniunctionem plerumque phrenitides & deliria ſequuntur, iis oxyrrhodinum capiti infundatur, & curatio reliqua cum his quæ refrigerant & humectant, pulcre complebitur. Quod ſi ex nimia frigiditate adnixa intenſæ ſiccitati fuerit, quod accidere conſueuit aut propter longos morbos, aut vehementes corporis labores, aut acres valde animi affectiones, quibus naturæ vires fatiſcunt, & animales ſpiritus diſſipantur, humectantia & mediocriter calefaciendi ſimul vim habentia, haud mediocri erunt præſidio.

Cum autem non ſolæ ac nudæ qualitates offenſioni erunt, ſed adfuerit ſimul humorum copia, ab euacuatione incipiemus præmittendo concoctionem cõuenientem, ſi opus erit. Sanguinis copia venæ poſtulat ſectionem, quę cum medici docti conſilio fiat; incidatur aũt humeraria, quam cephalicam vocãt, ſi caput ſolum degrauatur; ſi corpus totum, aut interna, aut media. Si bilis flaua abundauerit, conſulto

medico, cum educentibus bilem purgetur, vt cum rhabarbaro, manna, casia, succo rosarũ, electuario rosato, syrupo rosato solutiuo, tamarindis, vel aureis vocatis pilulis & similibus. Si atra bilis, præsidiis iti dem conuenientibus a peritis medicis traditis educantur, vt senæ diluto epithymi, veratri in fortioribus: diasene, pilulis indis, & cætera.

Quod si fuerit caussa, quæ pene semper contingit, frigida & humida, hi modi in curando seruentur: Et primo quoad victum, moram trahat quantum poterit, in aere luminoso non ventoso: nam venti plurimum obsunt. Euitent quæ phlegma multiplicant, omniaq. frigida, similiter & vaporosa, vt cepe, & super omnia repletio & satietas aut cruditas, multus potus, multa fructuum comestio vitetur, cibi grauis concoctionis, ablutio cum nimis calida vel frigida aqua, potatio eius nimia vel vini. Conferent igitur cibi bene nutrientes, calidum & spirituósum sanguinẽ gignentes, veruecina, hędina, capi, phasiani, perdices, quorũ oua singulari potestate in hoc pollent; pipiones, turtures, passerculi; galeritæ, turdi, merulæ: parentur cũ hyssopo, satureia, thymo, sampsucho, rore marino, caryophyllis, macere, zinzibere, pipere, cinnamomo, granis iuniperi, præsertim in hieme. Animalia fugiant nuper edita, quod mucosam ac viscidã habeant carnem: animantis cerebrum vt pituitosum, incommodat, nisi sit gallinæ, quod peculiariter & summe laudatur. Similiter fugiant medullas, gruinas carnes, pisces præsertim viscidos & lacunales; olera frigida, lac, caseum, præcipue multum aut prauum: fructus humidos & horarios: acriora interdum, hieme præsertim; exhibeantur, vt allium, pulegium, capparis remota salsedine, sinapi a Pythagora laudatum: parce epulentur, præsertim cœnantes: vinum bibant album, aut vermiculum subrubrumve: aquã nisi sit cum melle vel cinnamomo aut alio cum aro-

mate-

mate decocta, nō gustent. Prolixum somnum diurnumque auersentur, nec super nucham, vel super nimia repletione fiat: a superflua quoq. vigilia caueāt. debilitat enim spiritum ipsumq resoluit ac caput replet. Exercitium fiat deambulando, & cibos praecedat, cum fricatione etiam partium capitis (facta tamen prius conuenienti purgatione) cum pannis asperis, & pedum & manuum, sed moderatum, ac totum corpus fricandū primo, deinde caput, incipiatque a tibiis frictio, paulatim superiora fricando, vt deorsum trahatur materia. Circa lacus, flumina & vliginosa loca nō versentur; austrinos flatus & pluuiosas constitutiones declinent; lucidam & altam domum inhabitent: caput oleis conuenientibus (vt etiam infra dicetur) vngatur; a multo vel frequenti coitu omnibusq. cerebrum debilitantibus caueant? nam principali debilitato, nocent & orta ab eo. corpus seruetur mundum a superfluitatibus. Si igitur pituita lenta ac crassa fuerit, fiet illius attenuatio, concoctio, & praeparatio ad eductionem, cum oxymelite composito vel scyllitico vel de quinque radicibus, de stoechade, de raphani radicibus facto, melle rosato, prout opus fuerit, & aquis seu decoctis conuenientibus Ad educendam vero praeparatam materiam exhibeantur pilulae vel cochiae, vel ex hieri Galeni addito modico castorei & nucis myristicę: addatur etiā praeparata colocynthis secundum medici praesentis prudentiam, vel detur hiera magna cum nuce moschata, vel hiera Rufi, de qua Aetius lib. 3 conueniet etiam hiera Logadii, & alia quae conueniunt dolori capitis ex phlegmate: deinde fiant etiam gargarismata, fomentationes, vnctiones, sacculi & huiuscemodi. gargarismus potest esse talis; ℞. calami aromatici, pulegii, hyssopi, thymi ana pug. 1. decoquātur in aqua iustae quantitatis ad dimidium, & vnc. 5. colo tranimissis adice oxymelitis scyllitici vnciam & se-

mis mellis rosacei vnc.semis.misce,& tepidum mane ieiuno gargarizetur.clystere etiam si opus fuerit,fiat ex respicientibus caput; sternutationes fiant,vt cum pipere, struthio,seu condisi, elleboro albo, iride & similibus; aut ex his cũ terebinthina & ladano fiant errhina seu nasalia. Conferunt præterea si pituita vlterius exundat, quæ saliuam mouent seu apophlegmatismi, odoramenta;cubebæ masticatæ seu commansæ,modis omnibus auxiliantur:auribus indatur oleum castorei,lauandulæ,spicæ. Quod si vel minor in corpore humorum talium copia, aut patiens non adeo validarum virium fuerit,leniori purgatorio pituitam primo ex toto corpore vacuabimus, & quod robur potius in membris relinquat quam auferat, quod tale sit ℞. Aloes lotæ cum succo thymi aut sampsuchi vel eorum aquis drac.1. agarici trochiscati drach 2 mastiches,cubebarum,nucis moschatæ ana gran.6. cum vino odorato fiant pilulæ 12. quarum 7. sumat in aurora cum syrupo de stœchade, reliquas post tres dies,horis 2 post cœnam : postea cum Electuariis confortantibus sequentibus aut similibus roboretur,præmissis tamen etiam localibus purgantibus,vt supra,si opus sit rursus pro purgatione conferent hæ pilulæ etiam a proprietate: ℞. Thuris masculi,myrrhæ electæ,zinziberis ana drach. 1. ß. pulueris capitis vpupæ drachmas duas, acori scrupulos duos,hieræ maioris drachm.1.ß castorei,colocynthidis ana scrup.med confice cum bona terebinthina vel cum serapio de stœchade,& fiat pasta;denturque pilulæ numero paucæ, sed crassæ, supra leuem cœnã in lectum descendenti: possunt etiam auferri ea quæ soluunt,vt tantum confortent; hæ ferunt principatum hac in caussa, & præ cæteris cõferunt memoriæ. Item ad corroborandum,fiat ecligma vel linctuariũ tale, vel similem in modum: ℞. Conseruæ anthos, melissophylli,ana vnc.vnam,inulæ conditæ,zinziberis vi-

tis viridis vel conditi, ana vnc. med. corticis citrei cõditæ drach 6. diatrion pipereon, diambaris ana vnc. med. cum modico aquę vitæ in vasis vitreis semel distillatæ ex vino bono, vel cum aqua melissæ, aut florum lilii cõuallii, commisce: sumat horis duabus ante cibum, in mane drach. vnam aut alteram, & semi drach. hora somni.

Notandum autem quod nucha est cerebro frigidior, ideoq; calida magis patitur & tolerat, frigida deterius: meminisse igitur oportet, ne frigefacientia, quæ forinsecus inducuntur, in occiput cadãt. Calefactoria itaq. medicamenta tam extra quam intra corpus adhibenda. Thymum, & pulegium, & origanũ vel huius generis alia incoquantur aceto, & ægrotantis naribus admoue: palatum acribus validis medicamentis inunge. Extrinsecus autem inunctiones capiti ex oleo calido, idq æstate adhibendæ, vt rutaceo, anethino, &c. hieme vero irinum, in quo concoctũ sit serpillũ vel calamentũ, piper, baccæ lauri, addendo aceti modicum ad penetrationem. Vtile erit & castoreum cum oleo illitũ occipiti, vel tale vnguentum. ℞. Olei de lateribus, de castoreo ana vnc. med. radicis acori, phu seu Valerianæ ana scru. 1. pyrethri, rutæ ana scrup. med. cũ cera quantũ sufficiat. fiat vnguentũ, quo rasum occipitiũ inungatur: & subinde sacculus imponatur, qui recipit florũ rosmarini, melissophylli lauandulę, singulorum manipulum med. florũ sambuci manip. vnum stœchadis drac. 3. nucis moschatę, ligni aloes, maceris ana scrup. 1. contusa in serico demittantur formeturq. sacculus.

Linimentum aliud cõferens diminutioni memoriæ & obliuioni. ℞ Olei sambucini vnc. 1. olei de been vnc. duas, olei euphorbii, castorei ana vnc. med. aceti drach. 3. misce, inungaturq locus. Item oleum Philosophorum vocatum a Mesue, occipitio inunctũ, memoriam mirabiliter reparat.

Alia inunctio: ℞. Radicis rutæ, buglossi, phu cum radicibus ana vnc. 4. castorei duorum vel trium annorum, linguæ auis quam semen fraxini vocant, ana drach. duas; redigantur in puluerem & misceantur: post ℞ succi eufragiæ, ormini quē scharleam vocant, verbenæ ana vnc 4 medullæ anacardi vnciam vnam, axungiæ vrsi, quantum satis sit, fiat vnguentum liquidum, & ponatur in vase cupri vel stanni, vt stet liquidum. nam aliter haud valeret, vngaturq. occiput. Quod si citius iuuare vel:s. aut frigidioris capitis sit homo, & in tempore frigido, nares hoc odorato vnguento intus illinantur: ℞ olei de spica odorati vnciam 1. caryophyllorum scrup. 1. ambari seu ambræ scrup semis, musci gra. 5 ceræ albiss. quod satis est; cuius etiam gutta, ante ceræ impositionem, aurib. tepida instillata conducet.

Emplastrum quoque de sinapi Mesue secunda descriptione Antidotarii valebit in affectu frigidiori occipiti adpositum, vel oleum de sinapi. Superiora conferunt etiam absque præuia purgatione, vt & sequētia, his qui frigiditate sola absque notabili humiditate laborant. Intrinsecus quoque præter supra narrata conferunt; verus acorus conditus (quem calamū aromaticum credo, vel galangam) saccharum, florū betonicæ, roris marini, lauandulæ, spicæ nardi, melissophylli, adiectis longo pipere, caryophyllis, cinnamomo, nuce moschata, & id genus aliis odoratis. Valde etiam iuuat zinziber conditum, ad auellanæ quantitatem, præsertim in ventriculo frigido & humido, vt fere est in omnibus vel pluribus tali caussa & affectu laborantibus: nam reparat memoriam sumtum mane in temporibus non calidis, horis quatuor ante cibum.

Confert non parum & hoc: ℞. Thuris, cyperi, piperis longi, croci, myrrhæ ana, confice cum melle, & ex eo omni die sumatur drac. 1. horis supradictis prę sertim mane.

Aliud

Aliud ad idem præcipue senibus valens. ℞ mellis anacardini, thuris albi, cyperi, acori veri ana partes duas, rotundi piperis, & longi ana partem vnam, myrobalanorum chebulorum, cæruleorum ana partes duas, cumini partem vnam, mellis quantum sufficit, datio sit drach. 2. singulo mane, diambar. etiam conuenit.

Prodest & confectio anacardina si probe conficiatur, ac post sex menses ea vtaris, hæc enim acuit ingenium & sensum, & intellectum clarificat, mentem reuocat sopitam lethargiã, curat & arthriticos confertq. dolori ventriculi & alui a frigiditate, sed stupidis dãda est, & capiti maxime frigido & pituitoso. sic vero fit. ℞. Myrobalanorum emblicorum, belezicorum, piperis albi & longi ana drach. 12 gingiberis, mellis anacardini ana vnc. vnam castorei, styracis, caryophyllorũ ana drach. 5 florum chamæmeli, baccarum lauri, cyperi ana drach tres, mellis quantum sufficit, misce in modum electarii. Datur in sero scrupulus, vel ad modum paruæ nucis siue auellanę, id est drach. cum vino calido decoctionis seminum anisi & feniculi: potest & mane sumi. Caueat vero sumens a frigiditate, a cibis phlegmaticis, ab ira, coitu & ebrietate. Anacardi autem antequam in aliquibus medicinis ponantur compositis, debent in hunc qui sequitur modum præparari.

℞. Anacardos, ac eos tere optime in mortario, atq. in aceto fortissimo ponantur per dies septem, post lento igne in eodẽ aceto coquãtur, quoad aceti pars tertia remaneat: tum percola fæcem illã quæ in fundo vasis remanserit, prius aceto leuiter extra colato, eamq. colo transmissam fæcem, in medicinis pone: neque enim anacardorum fructus medicinis per os assumendis immiscentur, nisi prius hoc modo vel simili præparentur.

Quod si mel anacardinum facere volueris, pone

cum ipsis anacardis eo modo in aceto coctis tantūdē mellis despumati, ac simul ambo bulliãt ad spissitudinem, & mel habebis anacardinum, quod in prænarratis affectibus operatur mirabiliter, si ex eo des drachmas duas vel vnam in aurora.

In Sicilia dū recentes sunt anacardi, ponuntur in melle prius liquefacto, & diu morantur in eo, taleq. vocatur mel anacardinum, & habetur vsui absq. anacardis & inditur linctuariis. Si eo ex melle dentur drachmæ duæ, recuperat memoriam ex proprietate sua.

Expertus est & acorus (id est galanga) nutritus ac coctus in melle & reseruatus, vt condiuntur nuces ac radices; similiter piper longum nutritum coctumq. in melle & asseruatum, nam seruant & augent memoriam: dosis communis drach 1.

Aliud expertū in forma pulueris ℞ Thuris drach. vnam, cyperi, piperis, croci, myrrhæ ana drach. duas; terantur subtiliter, & per cribrum ducito, & fiat puluis, de quo omni mane dum surgit, detur drach. 1. vel sero in ingressu lecti.

Aliud expertum. ℞ Cumini, piperis ana drach. 2. sacchari albi drach. tres; terantur & fiat puluis, cape drach. vnam omni die in mane. Aliud itidem expertum ℞ Thuris albi drach. vnam, piperis longi vel albi scrup. vnum, fiat puluis, qui mane totus pro vna datione bibitur per plures auroras cum vnciis tribus aquæ mellis, vel decocti cinnamomi modici & caryophyllorum.

Aliud æque bonum ac certum: ℞. Cumini drach. quinque, piperis noui drach. vnam, acori veri vel galangæ, cyperi, myrobalanorum nigrorum ana drach. duas, mellis anacardi (de quo supra) drachm. 1. mellis communis vnc. 3. ß. terenda terantur, & cum melle prius despumato incorporentur, & fiat conditum in pyxide. datio in omni mane drach. 2.

Caput

Caput tertium, quomodocumque nocentia memoria præcipua ostendit.

CAuere oportet in vniuersum cruditates, tamquã rationi infestissimas, & toti corpori.

Plurima vini præsertim potentis potio pessima est: vehementer enim humectat caput, ac fere nihil æque obliuionem inducit, quam superflua humiditas.

Exterior excedens frigiditas lædit memoriam, præcipue nocturna propter capitis coopertaram. Ire per lutum temporibus frigidis, ac nudis pedibus præ cæteris cerebrum lædit & infrigidat, oculosque debilitat.

Caliditas intensa valde quandoq. perturbat rationem, & memoriam lædit.

Ciborum fumosorum comestio & potus, vt alliorum, porrorum, ceparum, item casei & leguminum vitetur: Brodialia, iuscula, omniaq. nimis humida effugienda, præsertim vesperi; omnis etiam mala masticatio praua est.

Potus post comestionem dum cibi fit concoctio eam interrumpens, præsertim a cæna, memoriæ cerebroque valde nocet.

Quies superflua calorem debilitat; superfluitates retinet & aggrauat, ideoque lædit memoriam.

Somnus cibo propinquus, antequam scilicet descenderit cibus ad ventriculi fundũ, infestissimus; fit igitur post duas horas: ac capite bene eleuato ac cooperto fiat, non tamen superflue, quia nimia coopertura vel caput debilitat resoluendo; vel replet attrahendo.

Nocet coitus frequens vel stomacho repleto aut famelico, vel quem nullus somnus aut quies sequitur, aut prope lunæ coniunctionem, vel cum alia quã cum propria vxore.

Dormire calceatis pedibus, pręcipue cum sotularibus, memoriam impedit, ob vaporum reflexũ: visum debilitat, & corpus æstuare facit.

Crudæ herbæ comestæ, multum nocẽt memoriæ, vt plurimum: similiter nuces, auellanæ, castaneæ.

Videre vel audire non placentia animo: & huiuscemodi animi symptomata.

Metus perimit memoriam, vel tristitia perseuerãs: nocet & cura rei familiaris sollicita.

Somnus immoderatus, & vomitus laboriosus.

Acetum & acetosa omnia: sed si vtendum aceto erit in pinguibus & pituitosis, sit ex potenti vino factum, calidumq; sit, & in exiguo aut raro vsu, & cum cinnamomo: ponaturque in vasculo aceti calamus aromaticus seu galanga, & pulegium. Sunt qui dicant gallorum ossa exsucta, veternum adducere.

Caput quartum, iuuantia particularia præcipua enumerat,

Fructuũ stipticorum ex natura vel arte post comestionem moderata sumtio, prohibendo fumos eleuari, memoriam iuuat valde.

Temperatorum ciborum & potus, sicut gallinarũ & perdicum, præcipue cerebellorum earum temperata refectio, non tantum memoriam, sed & totum corpus confortat; vtque animæ actibus nocet cacochymia, ita innocuos custodit euchymia, præsertim in teneris annis; ob id ex plebeia fæce raro sublime ingenium surgit, nisi liberalis accedat educatio.

Ante cibum moderate & conuenienter exerceri, non tantum memoriæ, sed & cæteris functionibus prodest; sit autem motus longus, seu exercitium pro corporis robore laboriosum, vt superfluitates resoluat; sitq; per loca amœna & sicca: ac, si fieri potest, omnes corporis partes exerceantur.

Superfluitatum per intestina, per nares, per palatum,

tum,per os,aures, per vrinam, per capitis frictionem cum pectine conueniens & debita expulsio, confert plurimum virtuti memoratiuæ, si post somnum & ante exercitium fiat.

Visorum auditorumve frequens recordatio, memoriam corroborat & confirmat : nam nihil æque aut cura augetur, aut negligentia intercidit, ac ipsa memoria;quia nisi excolas & iugi meditatione exerceas,inertia situq corrumpitur.

Gaudium temperatum,& honesta delectatio præsertim meditatióne scientiarum,non solum memoriam, sed virtutem intellectiuam cæterasq. virtutes corporis etiam augmentat.

Sępe lauare pedes in aqua calida, in qua bullierint melissophyllon,folia lauri, chamæmelon, & similia memoriæ,capiti,oculisque valde confert.

Abluere caput decimo,quoque die cum lixiuio.in quo parum bullierint chamæmelon vel asarum,melissophyllon, saluia, amaracus, siue samsuchus, lauri folia,vel similia,additis in æstate rosis, memoriam corroborat & confirmat,vt in capite etiam sequenti latius dicetur.

Stare pedes post comestionem,vel suauiter deambulare, quo cibus ad fundum descendat ventriculi, multum expedit &confert,ob bonam ciborum concoctionem.

Coriandri bene præparati , & saccharo inducti post cibum assumtio , prohibendo fumos ad caput ascendere, memoriam iuuat : id præstat & Diacotoneum.

Masticatio mastichis cum modico zingibere facta ieiuno stomacho,ab humiditate phlegmatica sine molestia caput purgat,indeq. præpedita confortatur memoria. Galanga naribus indita cerebrum roborat frigidum.

℞. Thus albissimum, tere in pulverem, pone in

pura & ſimplici frigida aqua, bibe in augmento lunæ in ortu diei, meridie, & ſolis occaſu, facit bonam memoriam, acutum ſenſum, exſiccans cerebrum & ventriculum.

Tradit Simeon Sethi, fel perdicis arteriis temporum illitum. vt penetret, ſemel in menſe ad memoriam confirmandam prodeſſe plurimum.

Meliſſophyllon confirmat eam, & ingenium acuit, hominemq. quocumque modo comedatur herba, facit induſtrium: quod etiam naſturtium in frigidioribus & ſegnioribus efficere poteſt, vnde natum eſt in ſegnem adagium, Ede naſturtium. Meliſſa prętér hęc, animi tranquillitatem præſtat, ſaporem capiti iucundum inducendo: Turturis caro ingenium auget, vt aiunt.

Gallinæ cerebrum ingenium & memoriã iuuat, adeo vt aliquos qui delirare cœperant, reſipiſcere fecerit.

Semen ormini ſeu ſcharleæ domeſticæ fertur ad recuperandam memoriam mirabile, ſi in puluere ſumatur cum aliquo potu, aut cibo. Item eboris limatura conducit obliuioni, ſi parum de ea in vino modico ſumitur mane.

Item granum vnum thuris albi cum lectum petis, maxime conducit ſolum tranſglutitum: nam capitis humiditatem exſiccat & ventriculi, ac ita memoriæ confert. facito hoc poſt purgationem bis terue in hebdomada, ſi multa adſit humiditas.

Pliriſarcoticum confectio, duarum drachmarum põdere hora ſomni aſſumta, vel myrobalanus chebulus conditus ſumtus in aurora horis quatuor ante cibum, beneq. manſus ſemel in hebdomada, memoriam reſtaurant ab humido læſam præſertim. nã roborant intellectum, & iuuentutem fere conſeruant myrobalani chebuli conditi.

Memineris in materia humida prius fieri euacuationes,

tiones. nam materia humida plerumq. est debilitatis memoriæ caussa, vt superius dictum est.

Caput quintum, nonnulla probatiora selectaq. medica remedia composita seruantia continet, multumque augentia memoriam.

ANtidotum mirabiliter conferens memoriæ, lethargiæq. vel obliuioni: ventriculum confortat, & omnia debilitata membra ex phlegmate & frigore.

℞. Gingiberis, galangæ, mastiches, cumini, origani ana drach. sex, nucis moschatæ, calami aromatici, asari, carpesiorum, id est, cubebarum, ligni aloes, maceris, seminis apii, ammios ana drach. 2. thuris albi, caryophyllorũ, cardamomi, zedoarię, pyrethri, castorei, piperis longi & nigri, costi, cyperi, ana drach. tres, menthæ siccæ vnc. med. terantur & puluerizentur omnia, ac cum penediatum & mellis despumati quãtitate sufficienti fiat ecligma. Cuius modus vsus, & reliquorum sit, præsertim tempore frigido vel nõ calido multum. & per interualla.

Pilulæ quæ languenti cerebro conueniunt, præsertim senioribus ac frigidis. ℞. succini odorati seu ambræ electæ drach. vnam, ligni aloes scrup. ß. cubebarum scrup. duos: cum vino meracissimo pilulas cõfice quindecim, da binas ante cœnã. Catapotia ad memoriam efficacia. ℞. Cubebarum, calaminthæ, nucis moschatæ, caryophyllorum sing drach. 1. ß. thuris optimi, myrrhæ electæ, ambari Orientalis sing. drach. 1. ß. moschi gran. 5. cum aqua maioranæ pilulas confice, præbe vnam, hora decubitus; duas vero in solis ortu & horis 5. ante cibum, hieme per mensam, vere & autumno rarius.

Pomum odorandum pro memoria; ℞. Radicum iridis drach. 1. ß. seminis se selis, id est, sileris montani, stœchadis ana drach. 2. nucis moschatæ drach. med.

menthæ drach. vnam, ambari (vulgo ambræ) thuris, calamenti, styracis, ligni aloes ana drach. med. ladani quantum sufficit, fiat pomum secundum artem: quod tamen ex calidioribus fiet hieme, & minus calidis in æstate.

Probatissimum experimentum ad ingenium & memoriam, quod ferunt esse Aristotelis. ℞ Vrsi pinguedinē, quam habet in humero seu spatula dextra, eamque repone in vesica ipsius vrsi simul cum eius vrina, & simul stent octo diebus; tum extrahe, & accipe succum ormini siue scharleæ domesticæ, eufragiæ, verbenæ, bugloſſi, phu seu Valerianæ, aloes, omnium æqualiter, & simul misce cum prædicta pinguedine super ignem cum lignea spatula agitando, quoad fiat vnguentum spissum ex quo cum volueris, accipe quantitatem paruæ fabæ, & vnge frontē & tempora fricando aliquantisper, & audita recordaberis.

Lixiuium pro ablutione capitis humidi frigidique confortatiuum, & memoriæ conferens; debet autē esse ex cinere sarmentorū vel quercus, postea intus hæc bulliant. ℞. Acori veri, stœchadis, foliorum lauri, roris marini, iuæ, saluiæ, ana manip. vnum; ex isto lauato caput; post vero ablutionem aquæ vitæ modico sinciput madefacito, & sequēti puluere aspergito. ℞. Pulegii, calamenti, caryophyllorum, sandaracæ, macis, stœchados, menthę siccę, maioranę, ana drach. quinque: misce & fiat puluis subtilis, & post inspersionem superpone stupam canabis. aliis quoque diebus ingrediens lectum pone super capitis bregmate ex puluere illo etiam illoto capite, nam siccat, &c.

Aliud lixiuium ad confortandum caput & memoriam. ℞. Hederam muralem, rosmarinum, laurum, stœchadem, marrubiū aut betonicam, & bulliant in lixiuio, quo caput laua. Idem fere operantur cupressi nuces, frequenti vsu. Sed vt cum lixiuio saponē quoque

que habeas: ℞. Saponis Veneti seu Gallici lib. 2. calami aromatici drach 3. maioranæ, thymi, stœchadis Arabici, nigellæ, caryophyllorum, cardamomi, sing. drach. 2. radicis iridis siccæ & odoratæ vnc. 1 misce, ac cum sapone subtiliter inciso aut deraso excalfacto, misce ac fac massas seu pilas in modum nucis iuglandis; si simul ob siccitatem rerum commiscere non valeas, adde parum aquæ maioranæ vel alterius conuenientis. Postea bene exsiccetur caput linteis calidis confricando: nec caput prope ignem teneat, ne vapores trahantur ac repleatur caput.

Aliud in humido capite, quo bis vel semel in hebdomade vtendum. ℞. Senæ, rosarum, florum chamæmeli, acori, stœchadis, foliorum lauri, nucum, cupressi, saluiæ, iuæ, baccarum hederæ partes æquales, hæc in hieme bulliant in lixiuio pro lotione capitis. at in æstate remoue stœchadem, & rosas adde, ac aliqua myrti grana, & minus calido vtere.

Optimum remedium aliud, sed longe difficilius paratu. ℞. Florum citrullorum siccorum, buglossi, rorismarini ana drach. duas, chamæmeli, violarum, rosarum ana drach. 1. med. seselis drach. duas, seminis viticis, rutæ campestris ana scrup. 4. foliorum lauri viridium, maioranæ, stœchadis, saluiæ, florum sambuci, artemisiæ ana drach 3. contundantur optime & cōfundantur in lib. 3. aquæ vitæ optimæ, & vnc. 6. aceti albi scyllitici fortissimi, ac simul quiescant duobus dieb. in vase vitreo bene cooperto, & postea destilla ad cineres cum suaui igne: deinde ℞ olei de terebinthina destillati optimi vnc. 18 olei de been destillati vnc. octo, prędictę aquę destillatę vnc 24. loco olei de beē potes accipere olei destillati de adipe vrsino, sed melius si de vtroque acceperis partem mediam si vero neutrum repereris, recipe oleum sambucinum: adde prædictis rebus capillos hominis bene adustos, nam a proprietate euigilare faciunt, & excitant le-

thargicos, misceantur & distillentur in vase vitreo vsque ad extractionem totius aquæ, & aquam ipsam seorsim serua, deinde recipe euphorbii drach. quatuor, piperis longi drach. 3. ß. cumini drach. tres, thuris masculi clari vnc. duas, & drach. duas, mastichis, myrrhæ electæ ana vnc. vnam, anacardorum bene contusorum vnc. 1 drach. 2. carpobalsami drach. quatuor, pulpæ castorei drach. med. myrobalanorum emblicorum drachm. 4. ß. opopanacis vnc. tres, serici crudi minutimque incisi drach. 1. ß. costi, radicum pæoniæ feminæ, cyperi electi ana scrup. quatuor, ladani drachmas tres, sanguinis draconis, id est, gummi ita ob similitudinem dicti drac 2 ß bdellii clari drac. 6. puluerizanda puluerizentur optime, & omnia infundantur in prædicto oleo toto, & sic quiescant in balneo temperato, simul in vase vitreo bene obturato diebus quinque; sed singulo die arundine sicca commoueantur miscendo, postea colentur, & optime exprimantur cum panno rudi prius infuso in aqua & bene expresso: Et oleum postea taliter expressum destilletur, vel fiat sicut in destillatione olei de ladano fit. videlicet, primo incipe cum igne carbonum leni ad fornacem, donec leuiter ebulliendo incipiat communiter destillare, dehinc procede cum leui & pauca flamma, & quãdoq. interpolata, donec liquidum & subtile destilletur, quasi totum ex appositis oleis, id quod scire poteris ex visu, sed melius ex pondere olei destillati; postea procedere cum igne carbonum mediocri, omittendo omnino flammam; & destillatum seruetur in vase vitreo bene clauso. Demum recipe Galliæ moschatæ, caryophyllorum, macis, cubebarum, nucum moschatarum, cardamomi, ana scrup. quatuor, spicæ calami aromatici, corticum citrei exteriorum, ana scrup duos, ligni aloes boni drach. 2. ß. ambari electi drachm. 3 ß. moschi optimi drach. 1. ß. puluerizentur omnia subtiliter, &

tes,& misceantur cum toto prædicto oleo destillato; sicque simul quiescant duobus vel tribus diebus in calore temperato, & postea iterum destillentur arte sua, & ad subtilem substantiam reducantur, seruenturque in vase vitreo forti, bene clauso cum cera, & est optimum. Vtendi modus talis est, vt prius si oportet facta purgatione totius vel capitis, eo vtaris incipiendo mense Nouembri per dies quinquaginta continuos, postea semel omnibus octo diebus, postea solum quando vis memorari, capiendo illum in sero præcedenti ante mane quo vis recitare vel concionari. Optimum itidem in frigido affectu erit oleum sequens; ℞. Terebinthinæ resinæ si haberi potest,(nam ex Cypro vt plurimum Venetias adfertur) vel eius loco laricinam sume libræ vnius pondere, laterum antiquorum post coctionem haud madefactorum, qui in frusta redacti, ac igniti exstinctique in oleo veteri oliuarum fuerint, lib. ß masticheș vnc. 1. terantur lateres, & cum resina bene commixti modo chymico in vase vitreo bene incrustato, igni clibani, aut fornaculæ adponantur, liquoresque manantes seorsim colligantur, nam tres varii coloris defluent, bonus, melior, optimus.

Vnguentum in idem: ℞ Adipis vrsi, capi, gallinæ, vaccæ, & gummi hederæ, ana pondus æquale omniaque alembico vitreo destilla suaui igne, quo oleo vnge tempora & pulsus manuum, ter in hebdomada, & rem optimam senties.

Vnguentum quo tempora vnges mediocriter in tempore frigido tantummodo: ℞. Talpæ pinguedinem, vrsi, mustelæ, castoreique ana, succi betonicæ, & roris marini ana; ex omnibus confice vnguentũ, quo vtebatur, vt fertur Aristoteles.

Vt profunde memoria teneas & perpetuo, vtque velociter apprehendas; hoc vsi sunt multi magni viri; ℞ Radicum Linguæ bouinæ, radicum Valerianæ.

ana vncias quatuor, radicum rutæ vncias duas: fac inde pulueres subtilissimos, postea recipe succum eufragiæ, scharleæ siue ormini, verbenæque ana vncias quatuor: coletur bene succus per pannum, postea misce succos simul, & pulueres separatim, postea recipe medullam anacardorum vnc. vnius pondere, & fac puluerem vt supra Item recipe linguę auis, id est, semen fraxini, & fac puluerem subtilissimum, postea misce omnia prædicta simul, scilicet succos & pulueres, & accipe sartaginem terreā vitreatam, & pone ad ignem, intusque pone ex vrsi pinguedine, & funde seu liquefac paulatim, & intus proiice dictos pulueres cum succis miscendo semper, apponendo de dicta pinguedine quousque fiat vnguentum subtilissimum, quo vnge tempora & partem memoriæ, & frontem, & verticis partem versus nucham: hocque ter vel quater in anno facies, & continuabis sic vngendo, etiam prout magis aut minus oportebit. hoc enim in virtute excedit superstitiosam artem notoriam.

Ad idem ℞ Octo calices aquæ communis, foliorū hederę, stœchadis ana lib. i ß. ponantur simul in aqua ad bulliendum fere ad consumtionem aquæ, postea coletur beneq exprimatur, & intus pone modicum terebinthinæ lotæ cum rosacea. postea caput laua cū bono lixiuio, & post exsiccationem vnge cum prædicto liquore tempora & occiput.

Pomum odoriferum ad confortationem cerebri frigidi. ℞ Ladani, ligni aloes, styracis, ana drachm. vnam caryophyllorum, nucis moschatæ, seminis ocimi ana drach. med. cum aqua rosacea, in qua nonnihil moschi & ambari dissolutum sit, fiat pomum.

Ad habendam profundam memoriam, vel si quis eam ex debilitate vel infirmitate amisisset: valet etiam vertigini. ℞. Roris marini, id est, libanotidis, boraginis, chamæmeli, violarum, rosarum ana vnc.

vnam,

vnam,stœchadis,Foliorum lauri, maioranæ, saluiæ, ana vnc.duas,omnia incide & pone in optimo vino & post diem destilla per alembicum vitreum aut vitreatum & destillatum serua, in quo pone terebinthinæ odoratæ lib. vnam,thuris albi vncias octo,mastiches,myrrhę,bdellii,anacardorũ ana vnc,quatuor; omnia tere, & dimitte sic stare per dies quinq. cum destillatione cooperta, postea destilla in tantum cũ igne fortiori,donec ex eis oleum habeas, quod serua bene clausum in ampulla vitrea bene cũ cera & pergameno obturata,modus vsus talis est ℞. ex eo quãtum caperet cortex auellanæ per os,& vnge etiã partes memoriæ,scilicet occiput & quasuis partes iam dictas: optimum experieris.

Possem hic plura etiam vtilia remedia aggregare; sed hæc sufficient,& viam struent aliis pro occasione parandis; nam breuitati studui, & meliora ex bonis selegi; nec penes me, vt nec Christianum decet, latere volui. plura & non spernenda composita reperiet,quicumque apud Antonium Fumanellum Medicum Veronensem, in opere suo de Compositione medicamentorum,cap. 16. Hic ea non transcripsi, ne actum agerem, quamuis meis aliqua ex parte cõsonent illius nonnulla. eligat quisque quod sibi conueniens sit,& qui nescit,medicum consulat doctum, memineritq. nihil sine labore fieri aut parari dignũ laude; nam omnia proposuit labori Deus : nec sunt spernenda media illi qui finem assequi desiderat: cũ nec iuxta Physicos,ex extremo ad extremum perueniatur,sine medio conuenienti; enimuero segnium est non optima quæq. sibi ad imitandum proponere,vt si eo pertingere non valeamus; propius saltem, quam fieri potest accedamus: quamuis non ex omni ligno (vt adagio fertur) Mercurius fit.

Caput sextum, Philosophica consilia, canones, & reminiscentiæ præcepta narrabit.

VT Aristoteli placet, duo sunt memorationis a-ctus, memoria scilicet & reminiscentia: quamquam reminiscentia respiciat ea, quorum sumus obliti, sitq. existimatiuæ seu cogitatiuæ virtutis officiũ non principaliter memoratiuæ, vt Auerroes & Albertus in suis tractatulis voluere: vel dicas facultatẽ illam reminiscendi esse mentem & intellectum, vt Themistius voluit; quoniam nulla facultas videtur discurrere, nisi intellectus. Hæc autem sine obiecti præsentia in homine solo est; nam cum obiecti præsentia etiam in brutis reperitur, vt Aristoteles innuit, & in cane venatico satis patet: diciturq sensus phantasticus.

Memoriæ vero est retentio imaginum prius ab anima perceptarum; quæ tamen neq. vtilis est nisi & omnes retineat, & eo ordine quo eas concepit, reddat; non est autem præsentium neque futurorum, sed præteritorum tantum, vt inquit Aristoteles. Memoria rursus & reminiscentia quamuis eidem subiecto genere competant, differunt tamen aptitudine, quoniam bene reminiscentes, communiter male memorari consueuerint; tempore item memoria semper reminiscentiam præcedit, non enim quis reminisci potest, nisi ex his, quorum habet memoriam. hęc etiam multis aliis animalib. concessa est, illa vero solis hominibus; nam cum reminisci sit velut syllogizare, id est, ex notis ad ignota deuenire, hoc vero proprium sit hominis, inde fit & reminiscentiam hominis esse munus, vt superius innui.

Ad memorandum quatuor motus concurrunt: primus est motus spirituum, quia cogitatiua ad memoratiuam figuras aut species transportant. Secundus est p̃ictura fixaq ue figurarũ m. in ipsa memoria.

Tertius

Tertius est reportatio a spiritibus, a memoratiua ad cogitatiuã seu ratiocinatiuam. Quartus est illa actio, qua cogitatiua recognoscit, quæ proprie est memorari. Dicimus etiam, quod actus memoriæ vel reminiscentię supra tres res, quasi tria obiecta per se cadit, videlicet supra rem alias apprehensam, supra actum quo illa res alias apprehensa fuit; & supra tempus determinatum vel indeterminatum in quo apprehensio illa fuit.

Ad cuiuslibet harum rerum defectũ necesse est, deficere etiam memorationem. Quapropter etiam bene memoria sic definietur, quod sit Apprehẽsio in anima exsistentium specierum, cum indagatione & inquisitione: sed de his in primo capite iam dictum. Nunc de artificiosa memoria dicere instituẽtes, quæ oporteat de se præstare volentẽ memorari, præscribemus. Erunt autem pro nunc præcepta viginti, sed breuibus verbis complexa.

Primum iudicato (hoc & similia sint dicta iunioribus studiosis) studia quæ sequeris omnium præstantissima: & te felicem si consequeris sapientiam & sapientem audias præceptorem, quem etiam cogaris admirari; plurimum enim memoriæ cõducit; si quæ aut leguntur, aut audiuntur, cum admiratione ac voluptate incidant.

2. Eam scientiam iudicato difficilem & perpaucis bene cognitam, quia inde oportet ingenium assurgere: & id vtile est memoriæ.

3. Attente & accurate audias præceptores: similiter si legeris facias; ad studium omnes animi vires congregando: nec vagetur mens tua, sed coge illa ibi esse aut paruo murmure eam reuoca; ille enim est docilis auditor, qui attenta paratus est audire; nam ex diligenti attentione maior fit motus, ac impressio firmior. Vnde Terentius: Vbi intenderis ingenium valet.

4. Cum multa sis collecturus, quantum fieri potest ad paucitatem breuitatemq. reduces, aliter enim addiscens, aliter memoraturus procedit: nam qui addiscit, genus in species secat vsque ad specialissima: qui vero vult memorari, multitudinem in vnum, vel saltem in pauca redigit.

Versus quoque ad memoriæ fidelitatem conducunt, propter compositionis ordinem, & structuram haud temere vagantem ac sparsam, sed certis conclusam limitibus, vt animam non patiantur aberrare.

5. Ordo ante omnia diligatur in diuisione corporis in membra, sic tractatus in capita, & capita in conclusiones secabis.

6. Singula sæpe repetēda, ita vt cum vnum caput & sequens pariter didiceris, & primum & secundū rursus animo repetes: & cum tertium didiceris, rursus a primo incoandum erit, & sic successiue.

7. Complexurus multa, membratim secabis: ne diffusa multitudo memoriam cōfundat. Vnde poeta ille: *Scire si vis hanc rem, tota sit separata minutim.*

8 Sit tibi frequens & diuturna de eadem re cogitatio, vel cū aliis disputatio, vel alteri declaratio ex frequentatis enim actibus generatur habitus, qui est memoria. Nec te a disputatione deterreat erroris timor: nam tenacius retinebis quod didiceris cum rubore, vnde Seneca: *Memoria nihil perdidit, nisi quod sæpe non respicit.*

9. Conare vt intelligas, quæ volueris memorari: neque ita curandum est, vt multa legas, quā vt multa intelligas; aut pauca multum legas, eorū præsertim qui non nugis chartas implent.

10. Caue ne obsint memoriæ literæ, ne scilicet illa, quę scripseris in memorabiliū libello, ea veluti certa & alligata tenens, custodire desinas, & ipsa securitate fidens, e mente dimittas. Clarum est in hoc Antisthe-

Antisthenis Atheniensis exemplum, qui amico cuidam deploranti, quod commentarios suos perdidisset. Oportuit, inquit, ista potius animo quam chartis inscribere, sentiens librorum fiduciam esse caussam, quo minus memoriam exerceamus.

11. Procuranda est cibi concoctio, & quæ absunt memoriæ fugienda sunt, & sint in vsu, quę illi cōferunt, vt supra cap. tertio & quarto dictum est.

12. Liberandus est animus ab aliis cogitationibus, ab his scilicet quæ studium non respiciunt: nam, Pluribus intentus, &c.

13. Non audienda tantum, sed etiam vidēda sunt, quæ volueris memorari: nam semel videntes magis memorantur quam identidem sæpe sæpius audientes.

14. De quibus interrogatus fueris, confestim ne respondeas, id est, absque meditatione, nam subita responsio semper inconsulta est.

15. Metiri debes vires ingenii tui, tuæq. memoriæ, ne ingeras illi plus quam semel capere possit aut tenere: exemplum a stomacho sumendum, quia si supra vires oneretur, inualidior fit, non enim concoquit; nec impinguatur corpus gulosi; ita quicquid addiscitur, nisi retineatur, parū prodest: ideo si quantum oporteret retinere non poteris, numerum multiplicabis, & continuam imminues quantitatem.

16. Certas horas studio constitues, illas præsertim, quibus a cibo stomachus seu ventriculus erit vacuus: tunc enim ingenium vaporibus non obtenebratur. horæ conuenientes erunt cōticinia & matutini galli cantus; curabisque ne aliqua ratione fortunæ, deseras tempora studio decreta.

16 Vesperi quotidie, quid discendo lucratus fueris repetes, imitatione Catonis, qui quicquid die fecisset, legisset & dixisset; in crepusculo cōmemorabat.

18. Memoria eſt a teneris exercenda, vt & in iuuene & viro promtior ſit & paratior: multum autem refert quo quis doctrinæ genere a teneris imbuatur, nam:

Quo fuerit imbuta recens, ſeruabit odorem, Teſta diu.

Omnia enim pueris noua ſunt: noua autem & admirabilia fortem faciunt in memoria impreſſionem.

19. Ad animi recreationem viriumq reparationem, non ad obſcena confugies, ſed mutato id facies ſtudio: remittere enim animũ quam amittere, melius eſt. Sed & ludicra Chriſtianorum debent eſſe ſeria. Poſt ſtudia igitur ſeria vel grauia, ad leuiora confugiendum, vt ad hiſtoriam vel exercitia muſicalia; nã vires reparat, alitque tempeſtiua quies, ac etiam maior eſt poſt otia virtus. Sunt qui ludere malint, quod quidem conceditur, ſi ludus ſit ludus, & non res ſeria: ſitq. breuis, honeſtus, ſine dolo vel damno aut cupiditate. Mouet ingenium ludus duodecim ſcruporum, quem moderni ſcaccorum nominant, ſed in eo nimis ſępe adhibetur tẽporis & ſtudii, quod pręſtaret melius collocare. Paruæ pilę ludus, etiam toti corpori proderit: deambulatio, præcipue capiti: vtilius erit ſimul diſputare & inambulare, manuſque mouere. Hæc animi recreatio non ſit diuturna neque frequens, & præſertim horis ſtudii non agatur. Reuolandum eſt ſtatim ingenio confirmato ad ſtudia literarum, ne tempus depereat, quo nihil carius, agendumq. vt quod deperditum eſt, auido ſtudio recuperetur. Namque (vt ait Philelphus:)

Ludus, crede mihi, nullus tibi pulcrior alter,
Nec melior quiſquam, nec quo magis omnis acerba
Cura laborq. vacet, quam ſi virtutibus almis,
Te penitus dedas. virtus leuat aurea curis,
Lætitiaq. animum reficit, redditq. beatum.

20. Ne diſcedas a præceptoribus antequam deceat, plures

plures enim scientia in summos euaderēt viros, nisi prius esse discipulos puderet, quam sapere valeant. Proderit & alios docere, dictare, declarare, interrogare, ac respondere; dubitare de nonnullis bonum est, modo id sine ratione non fiat.

Vltimo, inter infelices dies illum computabis, quo aliquid non profeceris didiceris ve quod tuum esse possit; vt nulla dies sit (vt in adagio est) sine linea.

Praecepta reminiscentiae.

PRimum praeceptum est, ex ordine & reminiscibilium consequentia; cum enim didicerimus ordinatim aliqua, connexione & dependentia quadam ordinata, & de illorum aliquo obliti fuerimus, id facile reminiscemur ordine repetito; cognito enim antecedente, facile in cōsequens deducemur, & deperditū inueniemus. Recte igitur dicit Philosophus; Quae bene inuicem ordinata sunt, bene reminiscibilia sunt; quae vero male, difficulter in memoriam reuocantur. Facile enim gesta recensemus, cum eo ordine in oratione collocantur, quo facta sunt; quoniā sicut se habent res gestae ad inuicem, ita se habent, & in mouendo animam.

Secundum, vt vno simili in consimile proueha mur; vt, si Homeri non recordamur, Latinorum poetarum principem Virgilium memoramur, ex quo facile in Homerum Graecorum vatum primarium descendemus.

Tertium est, vt aliquando contraria recogitemus; qui enim memor erit Hectoris, reminiscetur & Achillis.

Quartum est, loci ac temporis recordatio, in quo res tractata est; locus enim & tempus facile rem adducit memoriae. Sunt etiam tres argumentorum sedes, a similibus, a contrariis, a ptopinquis.

Quintum est, res omnes a proprietate repetere; vt si saginati memoriam habere velimus, ad Dionysium Syracusanum descendamus, vel recogitemus, qui vt auctor est Iustinus, præ sagina visum perdidit.

Caput septimum, de locali vel artificiosa memoria.

Artificiosa memoria est dispositio imaginaria in mente rerum sensibilium, super quas memoria naturalis reflexa per eas admonetur, vt memoratorum facilius, distinctiusque recordari valeat; ac (vt inquit Cicero secundo ad Herennium) ex locis veluti ex cæra aut tabella, & imaginibus veluti figuris literarum constat. Sic enim fieri solet, vt quæ accepimus, quasi legentes reddamus: neque multum intersit, an a vertice, an a calce incipiamus. Locos ipsos ordinatos esse oportet; nam si in eis cōfusio sit, confundantur omnia necesse est. Multos etiam eos esse decet, vt multa locari eadem exercitatione possint; Cicero centum eos esse debere iudicat. Thomas Aquinas plures habendos consuluit. Hos multi variis artibus quæsiere. Methrodorus in signis duodecim, per quæ sol meat, tercenos & sexagenos inuenit locos: quod tot gradibus apud astrologos zodiacus secari soleat; Cicero familiarem domum finxit, locis discretam multis, placuitque illi, vt inter locorum quinaria, vel manum auream, vel aliud quid discrimen figuremus, quo alter ab altero secernatur; in eisque immobilem ordinem haberi, vt semper dextra ingrediamur & egrediamur. Quidam non ignauus auctor, ex animalib. locos fingebat, & eorum ordinem ex alphabeto Latino deduxit, vt a singula litera vnius animalis nomen incoaretur; perinde ac si nomina hæc essent; Asinus, Basiliscus, Canis, Draco, Elephas, Faunus, Gryphus, Hircus, Iuuencus, Leo, Mulus, Noctua, Ouis, Panthera, Qualea, Rhinoceron, Simia, Taurus, Vrsus, Xystus:

Hyęna, Zachæus: Philosophus (qui de his scripsit) hęc singula in quinque locos diuidebat, in caput, in anteriores pedes, in ventrem, in posteriores pedes, & caudam: nam hunc ordinem ipsa natura porrexit: neque confundi in eis enumerandis ingenium potest. Sic itaque centum & quindecim locos nactus, in eis rerum memorabilium imagines sculpebat, ac etiam in loquentis facie multa ingenio scribi præcipiebat, in capillis, in fronte, in oculis, sicque deorsum ad pedes descendi. Mihi vero facilimum videtur non modo centum, sed propemodũ infinitos locos reddere & effingere. cum neminem lateat ciuitatis originalis situs, vel in qua diu habitauit. Igitur cum per portam mens ingreditur, dum secantes se ad diuersas regiones vias considerat, dumq. amicorum domos, ædes publicas prætoria publica repetit, miram locorum quantitatem assequetur. Accedet ad hoc potestas atria effingendi, in quibus quantum libeat, numerũ locorum faciet, vt inscribi quæcunque voluerit possint. Et quia breuis atque efficax est doctrina per exempla, hinc exempla ponam, vt res facilius intelligatur, de decem ponam exemplum, & consequenter ex proportione habebitur vel de mille. Capio igitur domum magnam & vacuam, ad quam non frequenter sed raro ire debes, & statue primum locum qui est apud ostiũ distans ab ostio per tres pedes. Secundus locus sit ab isto distans per duodecim vel quindecim pedes: vt, verbi gratia, sit angulus vnus. Tertius locus sit a secũdo distans per totidem pedes, vel duodecim, & erit forte alter angulus, vel mediũ inter angulum primum & secundum. Quartus, erit angelus. Quintus, erit angulus distans per tantundem. Sextus consimiliter; & finita scala, intrabis vnã cameram, atq. intra ostium immediate signabis septimum, deinde in primo angulo cameræ octauum, & in secundo augulo nonum, & in tertio decimum

cum sua distantia. Si vis plura loca, exeas camera & signa sic alias cameras proportionabiliter. N tamen, quod distantia data mediocris est & con niens, sed si tanta distantia non inueniatur, sed n nor vsq. ad octo vel ad minus quinque pedes adh tolerabile foret. De templo scito, tale esse debe quod non multum sit frequentatum etiam a te, multitudine imaginum confundaris. Ista loca deb esse signa memorabilia & manuductibilia, loci ei non sunt anguli, sed fixæ imagines in angulis situat super quibus sicut super charta aliæ pinguntur im gines delebiles, sicut literæ. Vt, verbi caussa, primu locus signatur per vrinale, ponendo in eius loco vri nale. Secundus signabitur per pyxidem. Tertius pe mortarium. Quartus signabitur per pistillum ponē do illud ibi. Quintus per pugillare. Sextus per pedē leporis. Septimus per cribrum. Octauus per sacculū ponendo similiter sacculū. Nonus per panem cereū. Decimus per cannas cassiæ, &c. Et ista nomina oportet mente semper tenere, & loca de quinto in quintum, vt quinarii loci menti semper habeantur. de distantia satis dictum. Scito tamen, quod vsq. ad viginti quinq. licet transire, nec vltra: ne fiat negatio in imaginibus Et consimiliter dicatur de quantitate quantū ad altitudinē, ne sint multæ altitudinis, sed a quinq. vsq. ad duodecim pedes. Et notetur quilibet quintus, vt dictū est de ordine. de qualitate autē, vt nō nimis lucidæ, nec nimis obscuræ, nec nimium frequētes. Transeamus ad imagines, quæ sunt res collocandæ; debēt ita imagines nobis notę in istis locis col locari cū motibus talib⁹, vt per eas valeamus memorari. Verbi gratia, volo memorari de viginti nominibus, sic faciam; in primo loco imaginem Petri mihi notissimi locabo, cū vrinali in manu plena vrina quā fundet super Iacobum mihi notissimum, & ex isto actu notabili, horum duorum memorabor, & sic duorum

duorum nominum memoriam mihi fecero. In secundo loco ponam Martinum mihi notissimum (nã oportet imagines istas esse notissimas, vt cito in memoriam recurrant) qui ponet digitum suum in pyxide & extrahet vnguentum, quo cum digito orificium vnget ani Henrici mihi notissimi. In tertio ponam Andream mihi itidem notum, qui cum manu ex mortario extrahet emplastrum quod ponet super faciem Francisci, vel alios ridiculos actus fabricando, ex quibus memoria de talibus nominibus cõfirmetur. Et ita pariformiter procedatur in aliis.

Similiter si recordari voluero alicuius cũ suo actu, illum imaginabor cum re illius actus, vt si recordari velim alicuius comedentis ficus, tunc imaginabor quod cum ficu aliquod festiuum faciat vel stupendum.

Si argumenta recordari vis, capias substantiam argumenti, & ipsam tantum locabis, quia totum argumentum haud posset locari, sicque de aliis rebus suo modo.

Rursus de figuris etiamnum disseramus his quinque præceptis.

Primum est, vt aut risum moueat figura, aut misericordiam, aut admirationem, facile enim inuenitur figura quæ affectum animæ conuertit. Exemplum huius est, si in ore asini rabidi caput Antonii cõstituã morsibus fere confringi, cruorem effluere, auxilia petere, ac passis palmis vociferari, nam fieri non poterit, vt cum voluero, non videam hunc oculis mentis meæ, & reddere Antonium nesciam repetenti.

Alterum est, vt aut simile per simile, aut per contrarium figuremus, aut per proprietatem. Primi exemplũ est, vt si nomen Galeni sim locaturus, alicuius illustris medici nomẽ scribam, cuius quoad fieri potest, aut par sit, aut paulo debilior auctoritas. Secũdi exemplum est, si idem per indocti medici nomen

conſcripſero: ſi Therſitem per Achillem, & bonum pro malo: informem per ſe formoſum annotauero. Exemplum tertii eſt, ſi Ouidium Naſonem, per magnum naſum: Platonem per humerorum latitudinem: Criſpum per anulatos capillos: Ciceronem per Gelaſinum ſculpſero.

Tertium eſt, vt a tenellis annis aſſueſcamus locare, & cum quotidiana exercitatione creſcamus: quãquam etiam adultis prodeſſe poſſit ipſa doctrina. Efficacior fit habitus, ſi quæcunq. aut dicturi aut facturi ſunt ſic locent: quæcunque etiam inter fabulãdum audiant: Sic pingant mores, geſtus, temporaq. ſculpant: Sic enim breui tempore fient exercitatiſſimi. Ludere etiam prodeſt alterum cum altero, illum vincere qui plura clarius, ordinatius, velociuſq. retulerit.

Quartum eſt, vt omni quinario rerum ſignandarum repetamus a principio quæcunq. ſignata: ſolet enim repetitio valde conferre.

Quintum eſt, vt quæ non ſunt ſimplicia, ea per cõponentium ſimilitudines ſtatuamus, verbi cauſa: qui memorari voluerit huius enuntiationis, Cicero cum Hortenſio diſputat, Cicer legumen in horto finget, qui de horti ſterilitate cõqueratur: ſic enim & cicer Ciceronem, & hortus Hortenſium & querela diſputationem repræſentat. Sic autem ſeruari ſolent & legum capita, vt ſi locanda illa lex ſit, publicati teſtamenti fides, effingamus dicam teſtamentalem patentem, cui quiſpiam cœnum iniecerit: & eius fides aboletur. Ecce publicati ſemel teſtamenti fides relegi poterit. Verum hæc facilius fient, ſi adſit doctrina & rerum memorandarum cognitio, neq. deſit conſummata & inuicta exercitatio, cum exercitatio poſſit omnia: ita & medicus medicinalia, & iure conſultus plebiſcita facilius recordatur.

Locus igitur a ceræ ac charta vel tabulis (in quibus antiqui-

antiquitus multa ſcribebantur) ſimilis eſt & comparantur: imago autem literis ſeu ſcripturæ: nominũ recitatio, lectioni aut rerum lectarum recitationi. Locus eſt pars vicaria memoriæ & inſtar illius capax. multiplicaturque per antrorſum & retrorſum, per dextrorſum & ſiniſtrorſum, per ſurſum atque deorſum, aliquid addendo vel diminuendo: multiplicabitur etiã menſurando longum, tranſuerſum & medium. Locorum regula breuiter & hoc ordine eſt, vt primo ſit locorum inuentio (de qua ſuperius dictum eſt) deinde ordinatio, diſtantia, fictio, ſolitudo, mediocris lux, diſſimilitudo, quantitas, loci quinti ſignatio per manum auream vel alterius metalli, illiuſque variatio, ne ſimilitudo confuſionem pariat. Imagines ſunt ſimilitudines rerum in mente conceptarũ, ſiue ſimulacrum ſimile ex toto vel ex parte rei cuius recordari voluimus, imo pro ipſis rebus collocandis accipiuntur. Sunt vero in duplici genere, ſcilicet aut notæ aut ignotæ: notarum quædam animatę alię inanimatæ: & tam animatarum quã inanimatarum, aliæ ſimplices, aliæ cõpoſitæ. Illud rurſus non obliuiſcaris, quod in collocãdis imaginib. ſuper locis, ſemper res locãda eſt cũ actu ridiculoſo, vel admiratiuo, vel crudeli, vel alio modo inconſueto: nam ridiculoſa, crudelia, iniurioſa, admiratiua, excellenter pulcra vel turpia, immutant ſenſus ac melius excitant memoriam, cum anima circa talia multum aduertat. Variantur quoque imagines per tranſpoſitionem literarum, & per tranſſumtionem: vt ſi velim Romam recordari, ponam Deum amoris, qui vocatur amor: & pro tyranno lupum rapacem Sufficit itaque nos methodum oſtendiſſe, quã qui ſequetur, haud difficile, modo exercitatio accedat, multorum ac variorum ſibi pro occaſione debita, recordationem certam parabit: ignaui autẽ & otioſi torpeant, quibus omnia infenſa ſunt.

vel artis continuatione ſequuntur. Obſeruandum inſuper, vt ſæpenumero, quæ didicimus, meditemur: ſic enim alimenta animi concoquuntur, & quaſi cõuertuntur in animum. Confert etiam quam plurimum ſi quis eleganti oratione cantuque ſuaui, quæ memoriæ mandauit ſæpe recenſeat, vt dictum ſupra eſt. Voluptas enim rerum condimentum eſt, amoris eſca, incitamentum ingenii, voluntatis pabulum, roburq. memoriæ. Purganda eſt etiam anima a malis, vt impleatur bonis: orationeque ad Deum fideli petendus eſt ſpiritus ſapientiæ vel ſcientiæ per Dominũ noſtrum Ieſum Chriſtum, cui cum patre & ſancto Spiritu ſit honor, laus & gloria ſemper.

FINIS.

